Nutrition et santé

Catalogue des outils de prévention

IREPS Pays de la Loire

2013

Nutrition et Santé

Catalogue des outils de prévention

IREPS Pays de la Loire

décembre 2013

Éditorial

La nutrition est un sujet traditionnel de l'éducation pour la santé. Depuis toujours on se préoccupe de la façon dont on s'alimente à tout âge de la vie, de façon naturelle ou artificielle dès la naissance jusqu'aux questions de dénutrition des personnes âgées.

En 2007, les documentalistes de l'IREPS qui conçoivent chacun de ces catalogues d'outils, avaient retenu le thème de l'alimentation, car l'actualité était au premier Plan National Nutrition Santé. L'objectif de faire connaître des repères simples pour une alimentation saine et équilibrée et son célèbre « Pour votre santé manger cinq fruits et légumes par jour » ont alors généré de nombreuses demandes d'intervention appuyées sur des outils pédagogiques dont certains reçoivent le « label PNNS ».

Aujourd'hui, nous constatons dans ce champ de l'éducation nutritionnelle la multiplication d'outils. Est-ce une créativité débordante ou l'évolution d'un thème d'éducation pour la santé, qui voit se développer de nouvelles approches : plaisir de l'alimentation, éducation au goût, liens entre mobilité, activité physique et nutrition, alimentation durable… Le surpoids et l'obésité, au cœur des politiques de santé publique conduisent aussi, pour certains experts, à une « préoccupation excessive du poids ». Entre « négliger le sujet de la nutrition et du poids » ou « en parler trop » se situe la place d'une éducation pour la santé qui offre des espaces d'échanges critiques sur TOUT ce qu'on peut lire et entendre aujourd'hui sur ce sujet. La conduite et l'animation de ces échanges nécessitent des outils qui n'existaient pas il y a seulement cinq ans.

Reflet de cette évolution, ce nouveau catalogue propose une sélection d'outils autour de huit grandes thématiques. Quatre vont aborder l'approche globale de l'éducation nutritionnelle, le goût et l'éveil sensoriel, la mobilité et l'activité physique, la consommation de fruits et légumes. Trois sont consacrées à des liens entre l'alimentation et le développement durable et responsable, l'alimentation et les petits budgets, le poids et l'image corporelle. La dernière thématique

regroupe quant à elle des outils concernant l'alimentation en lien avec des problèmes de santé spécifiques, utilisés notamment dans le cadre de l'éducation thérapeutique.

Le motif de couverture de notre catalogue, le symbole d'une cuillère, traduit également cette évolution. Ce symbole de la cuillère, nous suggère notre graphiste, « *fait écho au plaisir de la bouche et au bien-être, mais aussi à la mesure qu'utilisaient le chimiste et le pharmacien pour préparer des remèdes* ». Allier de façon indissociable le désir et le plaisir de manger avec le souci de se construire en santé n'est pas la moindre des contradictions auxquelles tentent de répondre des projets d'éducation pour la santé d'abord respectueux des habitudes de vie avant de présager de leur changement…

Dr Patrick Lamour
Directeur de l'IREPS Pays de la Loire

Ce catalogue a été réalisé par les documentalistes
de l'IREPS Pays de la Loire :

Cathy Barot, Pôle Loire-Atlantique

Laurie Calléjon, Pôle Maine-et-Loire

Stéphanie Guéry, Pôle Vendée

Nathalie Leray, Pôle Sarthe

Tatiana Robin, Pôle Mayenne

décembre 2013

Avec le soutien financier du Conseil régional des Pays de la Loire

Disponible en ligne : www.santepaysdelaloire.com
(IREPS - Centres de documentation - Catalogues d'outils
de prévention)

ISBN : 978-2-9547339-0-6

graphisme_guillaume.gombert@ 06 17 07 19 87

Sommaire

Introduction

Ce catalogue a été réalisé par les centres de ressources documentaires de l'Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé des Pays de la Loire / IREPS.

Il a été conçu pour les professionnels des secteurs de la santé, du social et de l'éducation qui mettent en place des actions d'information et de prévention autour des questions relatives à l'éducation nutritionnelle.

L'objectif est de faire connaître les outils pédagogiques utiles à la mise en place de ces actions, de faciliter leur recherche au niveau local et de permettre leur sélection sur des critères précis.

Les outils sélectionnés

Ce catalogue recense plus de 175 outils sélectionnés selon :

la thématique

Les outils retenus sont pour certains :
– **des outils transversaux,** c'est-à-dire des outils généraux qui permettent une approche globale de la thématique nutrition et santé
– **des outils plus spécifiquement liés à une thématique précise :** éveil sensoriel, mobilité et activité physique, fruits et légumes, alimentation durable et responsable, alimentation et petit budget, poids et image corporelle, alimentation et problèmes de santé.

la date de réalisation

La majorité des outils présentés a été réalisée entre les années 2000 et 2013, pour offrir aux intervenants les supports les plus actuels en termes de contenu et de présentation.

le type de support

Parmi les très nombreux outils de prévention proposés dans le

champ de l'éducation pour la santé, différents supports (illustrés par un symbole) ont été retenus pour ce catalogue :

- des guides
- des kits pédagogiques
- des jeux pédagogiques
- des programmes pédagogiques et des répertoires d'activités
- des supports multimédia
- des vidéos
- des photoexpressions
- des expositions
- du matériel de démonstration
- quelques ouvrages jeunesse, bandes dessinées

Ce catalogue ne se veut donc pas exhaustif.

D'autres outils existent. D'autres types de support, comme des brochures, dépliants et affiches… peuvent aussi être proposés aux promoteurs d'actions dans chacun des centres de ressources de l'IREPS.

Par ailleurs, le catalogue décrit les outils sélectionnés sans en proposer d'analyse critique, ni de conseils d'utilisation, ce qui constituait une autre approche.

Dans chacun des centres de ressources, des professionnels sont en mesure d'orienter plus précisément les acteurs sur les caractéristiques et spécificités concernant l'utilisation de chacun des outils. Ils seront conseillés et orientés en fonction de leur demande.

Les centres de ressources de l'IREPS organisent aussi des séances de présentation d'outils pédagogiques. Ces séances permettent sur une même thématique, de présenter un ou plusieurs outils, de les expérimenter, d'échanger sur le fond et la forme des outils, de donner des pistes pour leur utilisation…

Le calendrier de ces séances est disponible sur :
www.santepaysdelaloire.com (IREPS - Centres de documentation - Séances outils)

Pour lire la fiche de présentation des outils

Titre de l'outil

Date de réalisation

Type d'outil [support, pagination…]

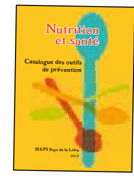
Le(s) Public(s) au(x)quel(s) s'adresse(nt) prioritairement l'outil
Enfants, Adolescents, Adultes, Professionnels, Personnes en situation de handicap, Personnes âgées…

Les concepteurs/Éditeurs de l'outil

picto type d'outil

Le résumé descriptif de l'outil (présentation, contenu, objectifs…)
Cummodip suscipis nonsectem ing esequatie ver in hent wis nibh ero eles-si bla accum eu faccum dolore modignis enim ilisit nis nullaortin vullum doluptatis nullan henit praestrud tat, quamcommy nostinci tem nonulla faci-lit, sequis augiam vullummod tie conullum iureratem il etue volum zzrit euis alis nos aliquis alis nisis non ulla atiscil ero od mod eu faci tincilit adigniam zzrit iuscil dit nulla ad diate dolortisl ullamconsed deleniam dunt autpatum eugiam nulla aut autpat, consed dolore et, quatiscipit luptat wis am ipsum-san ex etum velesequi blam nonseniamcor si.

Outil expertisé 
signale les outils qui ont été expertisés



Diffusion :
les coordonnées du diffuseur de l'outil
le prix d'achat de l'outil
le lien pour consulter l'outil quand il est en ligne

10

la localisation des centres de ressources de l'IREPS Pays de la Loire où l'outil peut être consulté et/ou emprunté

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

44 pour le pôle Loire-Atlantique
49 pour le pôle Maine-et-Loire
53 pour le pôle Mayenne
72 pour le pôle Sarthe
85 pour le pôle Vendée

Expertise de l'outil

Parmi les outils sélectionnés, le catalogue signale ceux qui ont bénéficié d'une expertise par le **Réseau d'expertise d'outils pédagogiques en éducation et promotion de la santé des Pays de la Loire.**

Coordonné et animé par l'IREPS Pays de la Loire, ce réseau rassemble un groupe d'experts constitué d'un panel diversifié de professionnels appartenant à des structures investies dans des actions d'éducation et de promotion de la santé tant thématiques que généralistes.

Ces expertises ne sont pas des validations ou des labellisations des outils. Ce sont des avis destinés à aider les acteurs à choisir les outils les plus appropriés à leur action et à fournir des conseils pour l'utilisation optimale des outils.

Les avis d'expertises sont consultables en ligne sur : www.santepaysdelaloire.com (IREPS - Centres de documentation - Expertise d'outils)

Pour rechercher un outil dans le catalogue

La recherche d'un outil dans le catalogue peut se faire selon plusieurs critères :

par titre. Un index des titres permet d'aller directement à l'outil dont on connaît la référence.

par support. Un index des outils selon le support permet de rechercher directement un guide, une vidéo, une exposition…

par public. Un index des publics visés permet de rechercher un outil en fonction du public avec lequel il permet de travailler prioritairement.

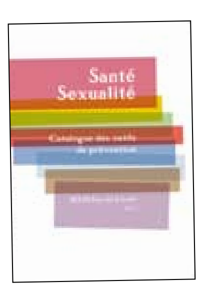
par localisation géographique. Un index géographique permet de rechercher un outil en fonction du centre de ressources de la région qui le propose en consultation et/ou en prêt.

Pour contacter les centres de ressources

Toutes les informations utiles pour prendre contact avec les centres de ressources de l'IREPS Pays de la Loire sont présentées en fin de catalogue.

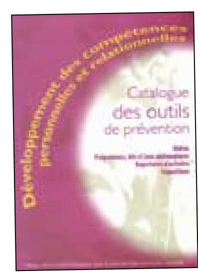
Les autres catalogues disponibles

Santé et Sexualité (2012)
Santé environnement et développement durable (2012)
Education thérapeutique du patient (2009)
Développement des compétences personnelles et relationnelles (2006)









Ces ouvrages sont en ligne sur www.santepaysdelaloire.com
(IREPS - Centres de documentation - Catalogues d'outils de prévention)



Éducation nutritionnelle









Abracadabra, goûte-moi çà !

2013

Kit pédagogique

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Latitude Jeunes (Belgique)

Cet outil sur l'alimentation est destiné aux jeunes enfants de 4 à 7 ans. Il a pour objectifs de les aider à réfléchir, débattre et réagir sur différents sujets tels que leurs goûts, le plaisir de manger, leurs habitudes et ce qui influence leurs choix. Il est conçu autour de trois courtes histoires à raconter à l'aide d'un kamishibaï (petit théâtre d'histoires japonais), qui mettent en scène Emma, une petite lapine. Chaque histoire permet d'enchaîner sur des échanges, un débat, des activités sur le thème abordé. Un cahier d'activités pour les enfants permet d'aller plus loin dans la réflexion et d'expérimenter. L'outil offre également un carnet d'accompagnement, où l'animateur trouvera le mode d'emploi de l'outil et des pistes d'animation.



Diffusion :

En ligne : www.latitudejeunes.be/OutilsEtPublications/Alimentation/Pages/default.aspx

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Les aînés acteurs de leur santé

2000

Kit pédagogique

Public(s) : Personnes âgées

Conception / Edition : CRES (Comité régional d'éducation pour la santé) de Lorraine

Cet outil vise à promouvoir et renforcer auprès des personnes âgées des pratiques de santé globale et de responsabilité citoyenne. Il est construit autour de diverses thématiques de santé, dont une consacrée à l'alimentation. À partir d'un cédérom, il donne accès à un panel diversifié de supports éducatifs : un livret de connaissances avec les informations utiles, des fiches actions pour la mise en oeuvre d'activités individuelles ou collectives, des fiches auto-questionnaires pour interroger les personnes âgées sur leurs pratiques, leurs croyances et connaissances et engager une réflexion collective, un photoexpression de 26 photographies noir et blanc pour faire émerger les représentations et comportements.



Diffusion :
IREPS
1 rue de la Forêt
54200 Laxou
03 83 47 83 10
contact@ireps-lorraine.fr
www.ireps-lorraine.com
[17 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

À la découverte du Programme national nutrition santé

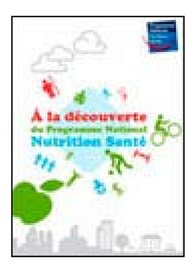
2009

Vidéo [Dvd - 8 mn]

Public(s) : Professionnels - Tout public

Conception / Edition : INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé), Ministère chargé de la santé

Au niveau national le Programme national nutrition santé / PNNS définit les grandes orientations de la politique de santé publique et propose de nombreux outils pour aider les professionnels de terrain à agir concrètement auprès de toutes les populations. Ce film a été conçu de manière à permettre à ces acteurs de terrain, professionnels de santé, de l'éducation, du social ou des collectivités locales, de découvrir et faire découvrir ce programme de santé publique. Il constituera un point de départ pour introduire des actions d'information, d'animation ou de formation.



Diffusion :
INPES
42, boulevard de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
01 49 33 23 71
edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuit selon disponibilité]

En ligne : www.mangerbouger.fr

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

L'alimentation aux différents âges de la vie

2010

Exposition [8 panneaux - 30x42 cm]

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition : IFN (Institut Français pour La Nutrition)

Cette exposition traite de l'alimentation et des besoins spécifiques selon les différentes tranches âges. Elle est composée de huit affiches abordant les différents moments de la vie : De la naissance à 6 mois - De 6 mois à 1 an - De 1 an à 3 ans - De 3 ans à 12 ans - De 12 ans à 18 ans - Les adultes - Les femmes enceintes ou qui allaitent - Les personnes âgées. Chacune rappelle de manière claire et synthétique l'alimentation appropriée à l'âge visé et donne des conseils, des recommandations sur les conduites à tenir dans des situations spécifiques notamment en cas de fièvre, de fortes chaleurs…



Diffusion :
Fonds français Alimentation et Santé
42 rue Scheffer
75116 Paris
☎ 01 45 00 92 50
www.alimentation-sante.org

En ligne : www.alimentation-sante.org/documentation/autres-publications/

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

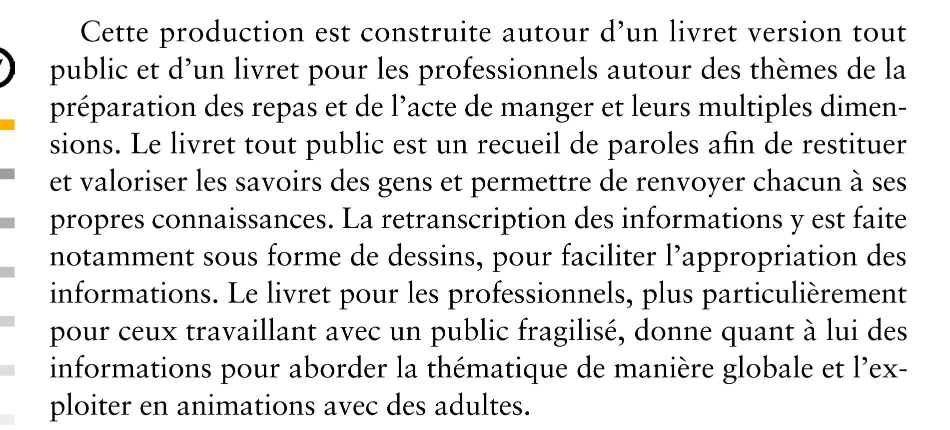
L’alimentation qu’en dites-vous ? La préparation et le repas

2008

Guide [32 p. et 56 p.]

Public(s) : Adultes - Personnes en situation de précarité - Professionnels - Tout public

Conception / Edition : Cultures et Santé (Belgique)



Cette production est construite autour d’un livret version tout public et d’un livret pour les professionnels autour des thèmes de la préparation des repas et de l’acte de manger et leurs multiples dimensions. Le livret tout public est un recueil de paroles afin de restituer et valoriser les savoirs des gens et permettre de renvoyer chacun à ses propres connaissances. La retranscription des informations y est faite notamment sous forme de dessins, pour faciliter l’appropriation des informations. Le livret pour les professionnels, plus particulièrement pour ceux travaillant avec un public fragilisé, donne quant à lui des informations pour aborder la thématique de manière globale et l’exploiter en animations avec des adultes.



Diffusion :

En ligne :
Version tout public : www.cultures-sante.be/nos-outils/education-permanente/avant-2011/213-lalimentation-quen-dites-vous-la-preparation-et-le-repas-version-tout-public.html

Version professionnels : www.cultures-sante.be/nos-outils/education-permanente/avant-2011/212-lalimentation-quen-dites-vous-la-preparation-et-le-repas-version-pour-professionnels.html

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

L'alimentation. Tout goûter c'est jouer !

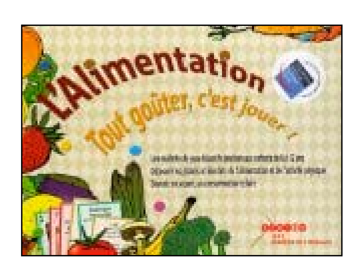
2005

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : I. Durack, B. Jobbe-Duval, CRDP (Centre régional de documentation pédagogique) de l'Académie de Versailles

Ce coffret de 6 jeux (jeux de cartes, expériences, dessin…), est destiné à amener les enfants du primaire à s'intéresser de façon ludique et interactive à l'alimentation, à en comprendre l'importance pour la santé, à faire le lien entre ce qu'ils mangent et ce qu'ils dépensent par leur activité physique. Chaque jeu met en situation l'enfant dans son quotidien ou dans son monde imaginaire et créatif. L'enfant est ainsi amené à repérer les aliments et leur origine, à identifier les différentes classes d'aliments et connaître leur importance pour le développement corporel, à découvrir la diversité des goûts et la nécessaire variété des aliments, à développer son sens critique à la lecture d'étiquettes alimentaires, à choisir ses menus en connaissant l'équilibre alimentaire, à rencontrer les différentes cultures culinaires du monde, à reconnaître l'utilité de l'activité physique et son lien avec l'alimentation.



Diffusion :
CRDP
584 rue Fourny
78533 Buc Cedex
01 39 45 78 80
www.crdp.ac-versailles.fr
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
44 - 72 - 85

Aliments factices

Non daté

Matériel de démonstration

Public(s) : Personnes âgées - Personnes en situation de handicap - Personnes en situation de précarité - Tout public

Conception / Edition : Miniland S.A.

Destinés à accompagner des séances et des animations d'éducation nutritionnelle, ces aliments factices peuvent s'utiliser auprès d'un large public, notamment les enfants. Les personnes en difficulté d'apprentissage, en situation de précarité ou les personnes handicapées mentales pourront en bénéficier avantageusement. Ces aliments factices favorisent la mise en place d'ateliers pratiques et des mises en situation autour de nombreuses problématiques de l'éducation nutritionnelle. Ils permettent de découvrir la diversité alimentaire, d'identifier, de nommer les aliments, de classer les aliments selon les grands groupes, de composer un plateau-repas, de constituer concrètement les 4 repas d'une journée alimentaire équilibrée, de savoir équilibrer son alimentation…



Diffusion :

- www.wesco.fr
- www.hoptoys.fr
- www.mot-a-mot.com

[Prix selon série]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Allons au marché

2010

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : Edea

Ce jeu pour les enfants à partir de 6 ans permet d'aborder les notions d'équilibre alimentaire. Les enfants se rendent au marché pour acheter ou échanger avec les autres des aliments afin de composer un repas équilibré. Après avoir lancé les dés, chaque joueur avance son pion sur un grand plateau souple. S'il tombe sur une couleur de marchand, il choisit un produit pour compléter son panier. Pour pimenter le jeu, des cases d'autres couleurs viennent s'ajouter sur le parcours (gris pour ramener un produit chez le marchand, rose pour échanger avec ses camarades...). Le but est de constituer un panier équilibré, comprenant les 7 principaux groupes d'aliments. Les enfants pourront ainsi se familiariser avec les principaux groupes d'aliments et leurs apports, apprendre à reconnaître les aliments, à les nommer, à équilibrer leur alimentation.



Diffusion :
Wesco
B.P. 80184
Route de Cholet
79141 Cerizay Cedex
05 49 80 01 66
www.wesco-eshop.fr
[67 euros]

Consultation / Prêt
44 - 72

Amuse-toi en cuisinant

100 recettes équilibrées pour les petits gourmands

2007

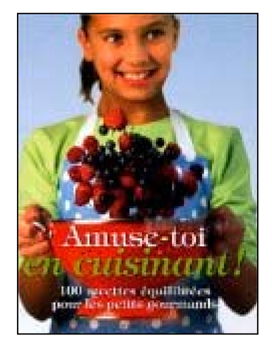
Répertoire d'activités [128 p.]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : N. Graimes, H. Shooter, Editions de Tournon



Ce livre de cuisine, destiné aux enfants à partir de 9 ans, présente 100 recettes simples à confectionner et équilibrées. Il permet de leur faire découvrir qu'il est important de manger sainement et comment avoir une alimentation à la fois équilibrée et savoureuse. Le livre débute avec une présentation des familles d'aliments et leurs apports pour la santé. De plus, pour chaque recette, des encadrés fournissent des informations précises sur les aliments utilisés. Ce document constitue un bon support pour animer des ateliers cuisine avec des enfants.



Diffusion :
En librairie
[16,90 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85



2004

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Adolescents (12 à 15 ans)

Conception / Edition : Adosen (Action et Documentation pour l'Education Nationale) du Bas-Rhin

À table est un jeu pour aborder avec des enfants de 7 à 12 ans l'équilibre des repas. L'objectif est de composer, à partir de cartes aliments regroupées par famille, un repas équilibré. Mais attention des cartes action, digestions difficiles, changements d'assiette, j'aime pas…, ou des cartes aliments pourris (tomate pourrie, yaourt périmé, boîte de thon vide) viennent donner du piment à la partie !…





Diffusion :
Adosen
3 square Max Hymans
75748 Paris Cedex 15
01 40 47 24 55
adosen@mgen.fr
http://adosen-sante.com
[8 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72

À table ! La santé au menu

2009

Exposition [10 panneaux - 40x60 cm]

Public(s) : Adultes - Jeunes (16 à 20 ans) - Tout public

Conception / Edition : Double-Hélice

Cette exposition constitue un outil de sensibilisation et d'information sur l'alimentation. Destinée à un large public, elle est cependant plus adaptée aux jeunes adultes et aux adultes et pourra ainsi être présentée au lycée, à l'université, en médiathèque, en entreprise…, soit en amont d'une action d'information, d'une conférence, d'un débat… soit en parallèle d'une action sur une période plus longue. Les panneaux au graphisme coloré et attrayant, présentent les différents groupes d'aliments et donnent des éléments d'information autour de l'équilibre alimentaire, chaque panneau proposant une petite rubrique « Vrai/Faux ? » ou le « Saviez-vous ? ».



Diffusion :
Double Hélice
La Toscade
26160 La Touche
04 75 53 88 82
contact@double-helice.com
www.double-helice.com
[Prix selon support et format des panneaux]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

À table ! 15 familles, 16 pays, leur alimentation

Cycle 3 - Collèges/Lycées

2010

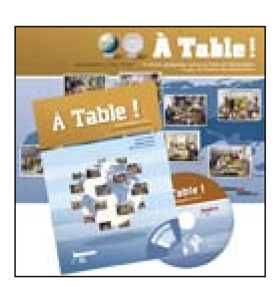
Kit pédagogique

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes (16 à 20 ans)

Conception / Edition : P. Menzel, P. Morlot, P. Rossignon, CRDP (Centre régional de documentation pédagogique) Lorraine

Cet outil décliné en une version pour les élèves du primaire en cycle 3 et une version pour les élèves des collèges et lycées, permet d'étudier les habitudes alimentaires dans le monde à partir de photographies représentant la consommation hebdomadaire de 16 familles de tous les continents. Les photographies sont complétées par un livret pédagogique qui propose une réflexion et des activités sur l'alimentation dans le monde, des fiches d'exploitation pédagogiques et un Cédérom contenant les photographies, des fiches d'activité pour les élèves, des documents complémentaires à imprimer ou à projeter en classe.

Outil expertisé 



Diffusion :
CRDP Lorraine
Service VPC
95 rue de Metz
CO43320
54014 Nancy Cedex
03 83 19 11 20
vpc@crdp-lorraine.fr
[39 euros chaque version]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

À table tout le monde ! Alimentation culture et santé

De la maternelle au CE1 - Du CE2 à la 5è

2005

Programme pédagogique [2 x 63 p.]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : N. Colin, A. Le Cain, C. Ribard, J.-C. Azorin, CRDP (Centre régional de documentation pédagogique) Académie de Montpellier



Cet outil éducatif de promotion de la santé destiné à sensibiliser les enfants à l'équilibre alimentaire, est décliné en une version pour les enfants de la maternelle au CE1 et une version pour les enfants du CE2 à la 5ème. L'objectif est de promouvoir chez l'enfant les bénéfices d'une alimentation variée et équilibrée en développant ses connaissances sur les aliments et ses compétences quant à ses choix alimentaires, tout en renforçant l'esprit critique et le libre arbitre du jeune consommateur. Il propose une approche transversale et pluridisciplinaire de la thématique à travers plus de 60 activités collectives et individuelles regroupées en grands modules : « Alimentation et aliments », « Alimentation et culture », « Alimentation et société », « Alimentation et santé ».



Diffusion :
CRDP
Alléé de la Citadelle
34064 Montpellier Cedex 2
04 67 60 04 50
www.crdp-montpellier.fr
[9 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 85

À tâtons la nutrition...

2005

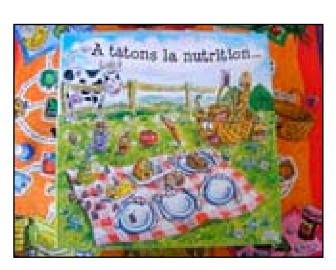
Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : Ville de Châteauroux

Conçu par des jeunes conseillers municipaux de la ville de Châteauroux, ce jeu a pour objectif de sensibiliser les enfants de 9 à 12 ans aux notions d'équilibre alimentaire et de favoriser la découverte des aliments. Le but du jeu est de remplir le premier son panier avec un aliment de chacun des 6 groupes pour obtenir un repas équilibré. Pour cela il faut avancer sur un plateau de jeu en répondant à des questions relatives à la nutrition et à l'équilibre alimentaire. Les questions/réponses sont divisées en 7 catégories : produits sucrés, matières grasses, viandes-poissons-oeufs, produits laitiers, fruits et légumes, céréales et féculents. Le code couleur utilisé pour le jeu est basé sur les repères du Programme national nutrition santé (PNNS).

Outil expertisé 



Diffusion :
Hôtel de ville
36012 Châteauroux Cedex
02 54 08 34 85
sante-publique@ville-châteauroux.fr
[35 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

Les aventuriers du bien manger

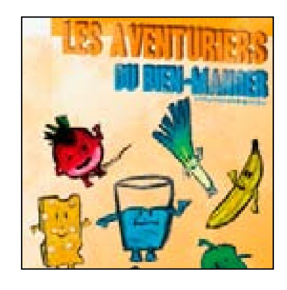
2011

Kit pédagogique

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : PSE (Promotion de la santé à l'école) de la province de Liège

Cet outil vise à sensibiliser les élèves de 5 à 8 ans à l'importance de la qualité nutritionnelle, tant au niveau de l'offre alimentaire que du contexte dans lequel sont pris les repas. Il est construit autour de divers supports : un photoexpression qui permet d'analyser les représentations qu'ont les jeunes à propos de l'alimentation ; un livret pédagogique pour l'enseignant qui comporte la théorie nécessaire pour pouvoir exploiter l'outil ; un carnet de l'enfant qui comporte des fiches « Représentations » et des fiches « Activités ». Les fiches « Représentations » permettent de marquer un temps d'arrêt sur l'analyse des représentations qu'ont les élèves à propos de l'alimentation, avec des suggestions d'analyse. Les fiches « Activités » prolongent la réflexion et permettent de faire évoluer les représentations ou la situation, d'ajuster les idées fausses ou encore de combler les manquements que les élèves auraient en matière d'alimentation.



Diffusion :

En ligne : www.provincedeliege.be/fr/node/1129

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

BBNut
L'alimentation des tout-petits

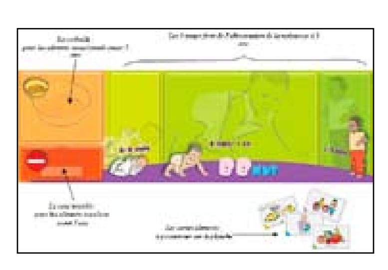
2011

Kit pédagogique

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Parents - Personnes en situation de précarité

Conception / Edition : CODES (Comité départemental d'éducation pour la santé) de l'Essone

Cet outil d'intervention et d'animation a pour objectif d'échanger sur l'alimentation du jeune enfant (de la naissance à 3 ans). Créé initialement pour intervenir auprès des publics vulnérables, il a été conçu pour être également accessible aux personnes illettrées. Il se compose d'une planche aimantée sur laquelle des cartes magnétiques représentant des groupes d'aliments sont à positionner. La planche évoque les temps forts de l'alimentation du jeune enfant, de la naissance à 3 ans (0 à 6 mois, 6 mois à 1 an, 1 à 3 ans) et comprend deux espaces symbolisant une corbeille (pour les aliments occasionnels) et un sens interdit (pour les aliments à proscrire).



Diffusion :
CODES 91
1, rue Pasteur
91036 Evry Cedex
01 60 70 46 46
codes91@orange.fr
www.codes91.org

[Version cartonnée : 95 euros - Version aimantée : 135 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Bien dans ton assiette

7 familles et quiz

2007

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Abeilles Editions



Destiné aux enfants de 5 à 10 ans, ce jeu de 7 familles avec quiz vise à leur apprendre à bien s'alimenter et surtout à associer bonne alimentation et activité physique. Il explore les différentes familles d'aliments (viandes, poissons, oeufs - produits laitiers - pains et féculents - boissons - matières grasses - fruits et légumes) et les activités physiques. Chaque carte est ensuite l'occasion, à travers une question ciblée, de vérifier et/ou de développer les connaissances de l'enfant autour de ces notions. Simple d'utilisation, ce jeu permettra aux enfants de découvrir les règles de base de l'équilibre nutritionnel pour leur permettre ensuite au quotidien d'adopter de bonnes habitudes alimentaires.



Diffusion :
Abeilles Editions
130 rue Galilée - Les Triades B
31670 Labège
05 62 17 16 18
www.abeilles-editions.fr
[10 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Bien déjeuner dans ma « boîte »

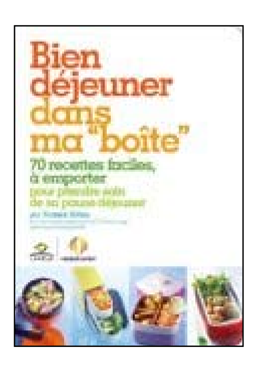
2011

Répertoire d'activités [191 p.]

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition : Y. Alléno, P. Serog, J.-F. Mallet, Editions Laymon

Cet ouvrage s'adresse à tous les salariés qui ne disposent pas d'une restauration adaptée sur leur lieu de travail et qui doivent emporter leur repas pour la pause déjeuner. Ils trouveront dans cet ouvrage 70 recettes créatives conçues par le chef Yannick Alléno avec les conseils nutritionnels du Dr Sérog. 40 recettes sucrées ou salées sont à déguster froides et 30 recettes salées sont à déguster chaudes. En fin d'ouvrage, on retrouve des conseils pratiques pour bien choisir les contenants, les ingrédients, les moyens de conservation…



Diffusion :
En librairie
[19,90 euros]

Quelques recettes filmées disponibles en ligne : www.malakoffmederic.com/groupe/videos/bien-dejeuner-dans-ma-boite.html

Consultation / Prêt

49 - 85

Boire Manger Bouger

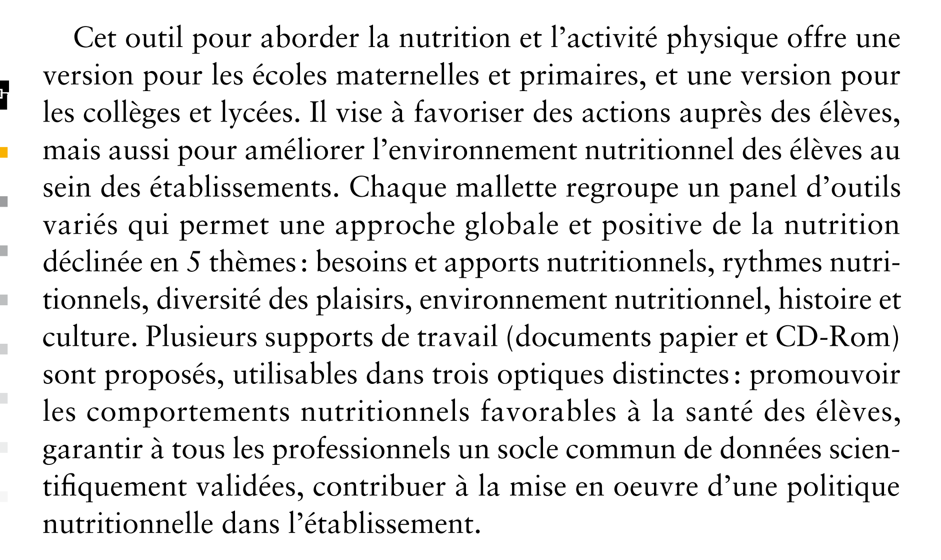
Mallette nutrition : 1er degré et 2nd degré

2008

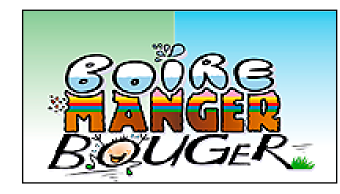
Kit pédagogique

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : CRES (Comité régional d'éducation pour la santé) Lorraine



Cet outil pour aborder la nutrition et l'activité physique offre une version pour les écoles maternelles et primaires, et une version pour les collèges et lycées. Il vise à favoriser des actions auprès des élèves, mais aussi pour améliorer l'environnement nutritionnel des élèves au sein des établissements. Chaque mallette regroupe un panel d'outils variés qui permet une approche globale et positive de la nutrition déclinée en 5 thèmes : besoins et apports nutritionnels, rythmes nutritionnels, diversité des plaisirs, environnement nutritionnel, histoire et culture. Plusieurs supports de travail (documents papier et CD-Rom) sont proposés, utilisables dans trois optiques distinctes : promouvoir les comportements nutritionnels favorables à la santé des élèves, garantir à tous les professionnels un socle commun de données scientifiquement validées, contribuer à la mise en oeuvre d'une politique nutritionnelle dans l'établissement.



Diffusion :
IREPS Lorraine
1 rue de la Forêt
54520 Laxou
03 83 47 83 10
contact@ireps-lorraine.fr
www.ireps-lorraine.fr
[40 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 85

Bon appétit

2010

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Editions Nathan

Simple de mise en oeuvre, ce jeu de plateau est destiné à sensibiliser les jeunes enfants de 4 à 7 ans à l'importance de l'équilibre alimentaire pour leur santé et leur développement. Les objectifs sont d'apprendre à constituer un plateau-repas équilibré, en reconnaissant chaque groupe d'aliments et le rôle de chacun d'entre eux. En se déplaçant sur le plateau de jeu, il s'agit de remplir son plateau-repas avec un seul aliment de chacun des 6 groupes représentés par une couleur différente : bleue pour les laitages, rouge pour les viandes, poissons, oeufs, verte pour les légumes et les fruits, marron pour les féculents, jaune pour les graisses, grise pour la boisson. Le sucre et les produits sucrés, classiquement représentés en rose ne figurent pas dans le jeu pour bien faire comprendre aux enfants le caractère superflu de leur consommation.



Diffusion :
www.nathan.fr
[39,90 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Les carnets du Pr Zoulouck

Les pratiques alimentaires

2009

Kit pédagogique

Public(s) : Adultes - Parents

Conception / Edition : Laisse Ton empreinte



Prioritairement destiné aux parents, cet outil aborde la question de ce que nous transmettons à nos enfants en matière d'alimentation : choix des aliments, culture familiale, éducation. Il est construit autour d'un Dvd qui met en scène et en perspective le thème abordé, dans le but d'interpeller l'auditoire, de l'amener à réagir, à parler de lui et à se questionner sur son propre fonctionnement, et d'un carnet illustré et personnalisé. Ce carnet invite les participants à réfléchir et à exprimer leurs propres difficultés et défaillances, pour finir enfin par se lancer des défis à réaliser ou relever pour envisager des changements de comportements. L'outil est complété par un mode d'emploi dans lequel l'intervenant pourra trouver des points de repère sur la thématique (éléments théoriques et pratiques) et sur la méthodologie pour construire les séances d'animation.



Diffusion :
Laisse Ton Empreinte
85 rue Masséna
59000 Lille
03 20 30 86 56
contact@laissetonempreinte.fr
www.laissetonempreinte.fr
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

Cartes et imagiers aliments

Date selon série

Kit pédagogique

Public(s) : Adultes - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Personnes âgées - Personnes en situation de précarité - Personnes en situation de handicap - Tout public

Conception / Edition : Editions Nathan, Wesco, Speechmark Publishing…

Constitués de cartes illustrées de photographies en couleur d'aliments et de produits alimentaires, ces outils sont particulièrement utiles lors de séances d'éducation nutritionnelle. Simples de mise en oeuvre, ils permettent l'organisation d'activités et d'animations variées : connaître et nommer les aliments, les classer par catégories, faire nommer les aliments que l'on préfère ou que l'on déteste, ceux que l'on consomme ou ne consomme pas…, composer un repas ou un menu, poser des devinettes, travailler sur l'origine des aliments, leur saison, leur conservation…, apprendre à faire ses courses… Ces outils conviennent à un très large public : enfants, adolescents, adultes… Uniquement visuels, ils sont particulièrement adaptés aux publics en situation de précarité, aux personnes porteuses d'un handicap, aux personnes âgées…



Diffusion :
- www.wesco.fr
- www.hoptoys.fr
- www.mot-a-mot.com

[Prix selon série et édition]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

C'est bon

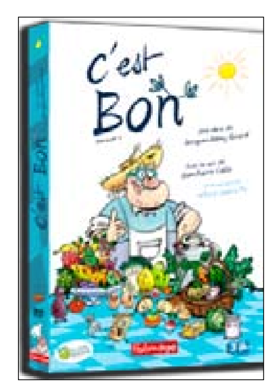
2013

Vidéo [Dvd - 70 mn]

Public(s) : Adolescents (12-15 ans) - Enfants (7-11 ans) - Tout public

Conception / Edition : J. R. Girerd, S. Ellissalde, A. Fredon, S. Besset, Folimage

Ce Dvd sur l'alimentation s'adresse au grand public et plus spécialement aux enfants et aux adolescents. Il comprend les 26 épisodes de la première saison de la série TV « C'est bon » diffusée en 2013 avec la voix off de Jean-Pierre Coffe. L'objectif est d'inviter les téléspectateurs à mieux manger pour être en meilleure santé en leur faisant découvrir ou redécouvrir ce qu'est une alimentation saine de façon drôle et légère. Chaque épisode dure 2 minutes 30 et permet d'aborder les grandes recommandations du Programme national nutrition santé (PNNS) avec des épisodes sur les groupes d'aliments voire certains aliments en particulier, les modes de consommation, les façons de cuisiner, les rythmes alimentaires… Une dizaine d'épisodes met l'accent sur la consommation de fruits et légumes et les multiples façons de les cuisiner.



Diffusion :
Folimage
La Cartoucherie, rue de Chony
26500 Bourg-lès-Valence
04 75 78 48 68
contact@folimage.fr
www.folimage.fr
[14,90 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

50 activités pour éduquer à la nutrition à l'école

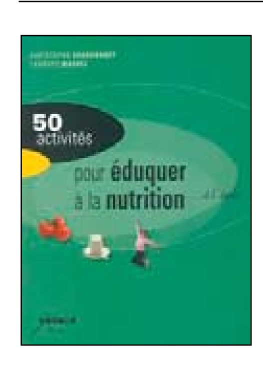
2010

Kit pédagogique

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : C. Chardonnet, L. Maurel, CRDP (Centre régional de documentation pédagogique) Midi-Pyrénées

Cet ouvrage rassemble des fiches pédagogiques permettant de mettre en place avec des enfants de 5 à 11 ans des activités autour de la nutrition et de l'activité physique. Les activités sont organisées en cinq grandes parties : approche générale de la thématique, activité physique et santé, produits laitiers, féculents, fruits. L'ensemble aborde de manière transversale et/ou pluridisciplinaire de nombreux sujets : les besoins du corps, sortie au supermarché, structure d'un repas, ma pratique physique, la variété des produits laitiers, visite d'une exploitation agricole, fabriquer des yaourts, mes céréales du matin, des féculents à chaque repas, les jus de fruits, le goût des fruits… Pour chacune des activités sont précisés : les objectifs, les compétences, le dispositif, le matériel nécessaire, le déroulement de la séance.



Diffusion :
CRDP
3 rue Roquelaine
BP 7045
31069 Toulouse Cedex 07
05 61 99 48 68
www.cndp.fr/crdp-toulouse.fr
[23 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Dans la famille nutrition, je voudrais l'équilibre

2006

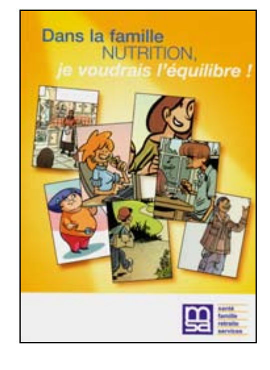
Bande dessinée [34 p.]

Public(s) : Adultes - Parents - Tout public

Conception / Edition : MSA (Mutualité sociale agricole)



Cet album rassemble des petites bandes dessinées réalisées à partir de « mises en scène » proposées par des familles lors d'un concours organisé en milieu rural sur le thème de « l'alimentation et de l'activité physique en famille ». Il permet de dialoguer et d'échanger sur les habitudes et les comportements nutritionnels et d'interroger la manière dont on les transmet aux enfants. Les scénettes sont complétées par des éléments d'information sur l'alimentation, l'équilibre alimentaire, le rôle de la famille… et des questionnaires qui permettent d'interroger les comportements quotidiens en famille en matière d'alimentation et d'activité physique.



Diffusion :
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

Enjeux pour leur santé

Alimentation, activités sportives et développement durable

2008

Support multimédia [Cédérom]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : CRDP (Centre régional de documentation pédagogique) Poitou-Charentes

Cet outil propose un ensemble de ressources pédagogiques et documentaires pour conduire, en milieu scolaire auprès d'enfants âgés de 3 à 11 ans, des ateliers autour des thèmes de l'alimentation et de l'activité physique. Il met à disposition des intervenants des fiches pédagogiques conçues comme des supports d'ateliers. Ces ateliers sont déclinés pour chacun des cycles du primaire et classés en grandes thématiques : les repas (groupes d'aliments, régularité des repas, composition du petit déjeuner, du goûter…), les denrées alimentaires (origine des aliments, boissons, pain, fruits et légumes, produits laitiers, étiquettes alimentaires…), les sensations et le plaisir (parcours des sensations, atelier du goût, sensations sportives…), activités physiques (physiologie, développement psychomoteur…), développement durable (éducation au développement durable, gestion des déchets…). Toutes les fiches sont complétées par des apports scientifiques, des informations et des données bibliographiques.



Diffusion :
CRDP
6 rue Sainte Catherine
86000 Poitiers
05 49 60 67 00
www.crdp-poitiers.cndp.fr
[29 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

Entreprises et nutrition

Améliorer la santé des salariés par l'alimentation et l'activité physique

2013

Guide [26 p.]

Public(s) : Adultes - Professionnels

Conception / Edition : Ministère chargé de la santé



Agir, au sein de l'entreprise, sur la nutrition (l'alimentation et l'activité physique) constitue un moyen de contribuer au bien-être au travail, à la prévention des pathologies les plus fréquentes, à la réduction de l'absentéisme, à l'amélioration de la qualité du travail et à donner une cohérence globale aux messages de nutrition au sein de la société. Ce guide est destiné à favoriser le développement d'actions de promotion de la nutrition sur le lieu de travail dans le cadre des chartes « Entreprises actives du PNNS » et « Établissements actifs du PNNS » dont il rappelle les objectifs, les modalités de fonctionnement, les modalités d'adhésion.



Diffusion :

En ligne : www.sante.gouv.fr/IMG/pdf/09012013-GUIDE-PNNS-entreprises-DER.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

L'équilibre alimentaire, n'en faîtes pas tout un plat !

2012 (2ème édition)

Exposition [10 panneaux - 60x120 cm]

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition : CERIN (Centre de recherche et d'information nutritionnelles)

Les différents panneaux de cette exposition permettent de comprendre l'équilibre alimentaire au quotidien et de faire mieux connaissance avec les 7 familles d'aliments : les fruits et légumes, les boissons, les viandes, les céréales… Chaque famille est détaillée et illustrée : apports nutritionnels spécifiques et informations pratiques (équivalences, critères de choix…).



Diffusion :
CERIN
www.cerin.org
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Et toi comment tu manges ?

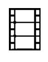
Vidéo-débat sur l'alimentation chez les jeunes

2010

Vidéo [Dvd - 10 mn]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : IMP-Actes, La Ligue contre le cancer, Espace prévention de l'hôpital René Huguenin



Conçu comme une vidéo-débat, ce Dvd permet de lancer la discussion et les échanges avec des enfants de fin de primaire ou des collégiens, autour des pratiques alimentaires des adolescents, dans le cadre d'interventions en milieu scolaire ou en centres de loisirs. La vidéo est découpée en 5 séquences : Le petit déjeuner et la collation, Le déjeuner à la cantine, Le repas type Fast food, Les courses au supermarché, Le dîner sans les parents. Le débat pourra être lancé par des questions, ainsi que par les réactions des jeunes. Pour chaque séquence, un livret d'accompagnement propose des idées de questions, de thèmes à développer et d'ateliers.



Diffusion :
Association Imp-Actes
149 avenue du Maine
75014 Paris
09 77 19 80 08
sante@imp-actes.fr
www.imp-actes.fr
[30 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Et toi, t'en penses quoi ?

Débats entre ados

2013

Jeu

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Jeunes (16 à 20 ans)

Conception / Edition : Mutualité chrétienne (Belgique)

Cet outil en ligne permet de mener des débats dynamiques avec les jeunes de 14 à 18 ans sur des sujets d'actualité qui concernent la santé et le bien-être. L'objectif est de rendre les jeunes acteurs de leur santé en favorisant une bonne estime d'eux-mêmes, en permettant de développer leur esprit critique, d'alimenter leurs réflexions personnelles et la prise de recul, et en valorisant les connaissances et les échanges. La technique d'animation utilisée est le « frasbee ». Simple et facile à mettre en place, elle incite aux échanges, sur la base de phrases lancées comme des frisbees entre les participants. Parmi les thèmes abordés certains concernent directement l'éducation nutritionnelle : Consommation durable - Eau et sodas - Fastfood - Light - Régimes - Se bouger. Pour chaque thème un livret reprend succinctement les objectifs, des mots clés, un peu de théorie, et des ressources pour aller plus loin ainsi que des cartes proposant entre 5 et 10 « frasbees » pour lancer le débat. Des dossiers « Animation » et « Philosophie de l'outil » peuvent aider l'animateur dans son positionnement, sa mise en place d'action...



Diffusion :

En ligne : www.et-toi.be/

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Et Toque !

2012

Jeu

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Adultes - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes (16 à 20 ans)

Conception / Edition : E. Piard, B. Turquier, Libellud

Ce jeu permet de travailler l'imaginaire et le vocabulaire autour de l'alimentation. Il s'adresse à tous les publics, à partir de 8 ans. Au début de chaque manche, les joueurs piochent au hasard 12 tuiles ingrédient. Ils reçoivent également une carte thème tenue secrète qui leur indiquera le menu qu'ils auront à préparer : Un repas dans la savane, un diner hippy, un repas de vampire… Les menus doivent évoquer au mieux la carte thème reçue, ils se composent au minimum de 4 tuiles ingrédient et peuvent contenir un ou plusieurs plats. À chaque joueur de cuisiner les ingrédients à sa sauce et de jouer de la saveur des mots et des mets pour composer des menus alléchant, drôle ou carrément mauvais suivant l'occasion. Les joueurs sauront-ils deviner à quelle carte thème correspond chaque menu ? Seront-ils capable de faire découvrir à un maximum de joueur la carte thème qu'ils ont reçu grâce à leurs menus ?

Outil expertisé 



Diffusion :
Libellud
www.libellud.com
[29 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 53

Fourchettes et Baskets

2006

Kit pédagogique

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans)

Conception / Edition : INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé)

Cet outil multisupport est destiné à mettre en oeuvre des actions d'éducation pour la santé sur l'alimentation et l'activité physique avec des collégiens de 11 à 16 ans. Les activités proposées ont pour objectifs de permettre aux adolescents d'être acteurs de leur santé dans le champ de la nutrition, de les sensibiliser et de les mobiliser sur leur alimentation et leur activité physique, de renforcer et de développer leurs capacités à faire des choix adaptés à leurs besoins, leurs goûts, leurs habitudes et leur mode de vie, de les inciter à poser un regard critique sur le lien entre leur environnement, l'alimentation et l'activité physique. Il rassemble un cédérom, des fiches d'activités, des transparents, des cartes situation, des cartes journées alimentaires, des dessins d'aliments et un guide d'accompagnement.



Diffusion :
INPES
42 bd de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
01 49 33 23 71
edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuit selon disponibilité]

En ligne : www.inpes.sante.fr/professionnels-education/outils/fourchettes_baskets/index.asp

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Le glouton malin

2004

Jeu

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : Adosen (Action et documentation santé pour l'Education nationale) du Bas-Rhin, Ecole des Arts décoratifs de Strasbourg

Plutôt adapté aux classes des collèges, ce jeu de plateau est destiné à aborder l'équilibre alimentaire journalier à partir de personnages fictifs. Il met en scène six personnages qui se mettent à table et qui doivent remplir leur grille alimentaire : une jeune femme, un homme d'âge moyen, un enfant, une sportive, un diabétique, un homme suivant un régime amaigrissant. Le plateau de jeu est divisé en quatre parties correspondant aux repas de la journée : petit déjeuner, déjeuner, goûter et dîner. Tout au long du parcours, différentes cases symbolisent différentes boutiques (la boulangerie, la boucherie, la crèmerie, la poissonnerie, l'épicerie, le marchand de fruits et légumes...) qui permettent de choisir une carte aliment. Des cartes chance, malchance et des cartes questions animent la partie et font part au hasard...



Diffusion :
Adosen
3 square Max Hymans
75748 Paris Cedex 15
01 40 47 24 55
adosen@mgen.fr
http://adosen-sante.com
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72

Healthy Foods

Non daté

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Learning Resources

Ce jeu permet aux enfants, dès l'âge de trois ans, de composer un plateau repas équilibré de manière ludique. Pour y parvenir, 30 aliments magnétiques représentant les différents groupes d'aliments sont disponibles (fruits, légumes, féculents, produits laitiers…). On peut tout simplement faire un choix et venir placer les aliments magnétiques sur le plateau aimanté en essayant d'équilibrer son repas. On peut également travailler sur les besoins du corps humain, les goûts et préférences de chacun, sur la provenance des aliments, sur la composition des plats préparés et des aliments transformés, sur les repas de fête…



Diffusion :
Learning Resources
Customer Service Department
380 N. Fairway Drive
Vernon Hills - IL 60061 - Etats-Unis
info@learningresources.com
www.learningresources.com
[33 $]

Consultation / Prêt
85

Jeu de l'oie du Petit déj

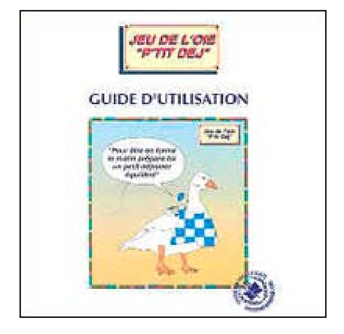
1999

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Organismes Sociaux de l'Oise

Conçu sur le principe du jeu de l'oie pour les enfants de 4 à 7 ans, ce jeu est constitué d'un ensemble de 29 dalles dont les couleurs sont codées en fonction des groupes d'aliments, et qui sont destinées à être disposées au sol pour former un parcours en U. Le but du parcours est de regrouper les aliments nécessaires à un bon petit déjeuner équilibré (les aliments factices ou les emballages vides ne sont pas fournis avec le jeu) tout en permettant : d'informer les enfants de l'intérêt de prendre un petit-déjeuner équilibré, de sensibiliser à une bonne hygiène de vie, d'informer sur les groupes d'aliments et leurs caractéristiques, de favoriser la consommation de produits laitiers, de présenter la diversité des aliments et leurs possibilités de préparation, d'échanger sur les habitudes alimentaires, de permettre à l'enfant de choisir ses menus, d'apporter des informations relatives à une hygiène corporelle et dentaire...



Diffusion :
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
44

Jeunes et alimentation

Photolangage® pour penser ce que manger veut dire

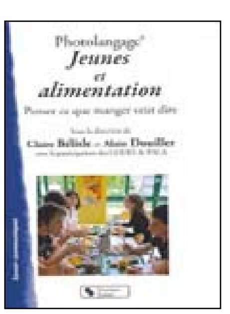
2012

Photoexpression [48 photographies couleur - 24x16 cm]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Jeunes (16 à 20 ans)

Conception / Edition : C. Belisle, A. Douiller, CODES (Comité départemental d'éducation pour la santé) du Vaucluse, Editions Chronique Sociale

Cet outil d'éducation pour la santé s'utilise avec des groupes de jeunes de 13 à 25 ans pour les aider à penser et à maîtriser leurs pratiques alimentaires. Il comprend 48 photographies couleur et un livret technique et méthodologique. Il permet de travailler avec les jeunes sur trois axes éducatifs principaux : penser sa pratique alimentaire et comprendre celle des autres, apprivoiser son corps à l'adolescence, devenir acteur de sa pratique alimentaire.



Diffusion :
En librairie
[35 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Manger bouger pour ma santé
Education à la nutrition à l'école

2008

Programme pédagogique [87 p.]

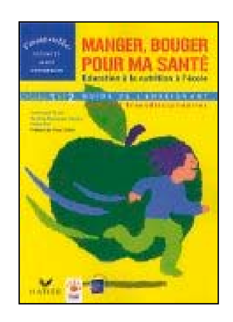
Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : D. Bense, B. Descamps-Latscha, D. Pol, Editions Hatier



Destiné aux enseignants des écoles maternelle et primaire, ce guide propose de faire des sciences tout en mettant en oeuvre une éducation à la nutrition pour la santé. Les activités permettent aux enfants de s'engager dans une démarche d'investigation active en prenant réellement conscience de l'importance pour la santé d'une alimentation variée et de l'activité physique. Le guide se décompose en deux grandes parties. La première propose un module d'activités décrites pas à pas et illustrées, classées en grandes thématiques : Bouger, à quoi ça sert ? L'hygiène, est-ce important ? Bien manger, mais comment ? Boire, mais pas n'importe quoi ? Devenir acteur de prévention. La seconde se présente quant à elle comme un module d'accompagnement pédagogique et scientifique. L'enseignant y trouvera des approfondissements en lien avec le sujet abordé et des éclairages pédagogiques lui permettant de mieux connaître et de mieux s'approprier la démarche proposée par le guide.





Diffusion :
Le guide est adressé gratuitement aux professionnels de l'Éducation Nationale.
Inscription : http://mangerbouger.passerelles.info/inscription/

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Manger mieux, vivre mieux...

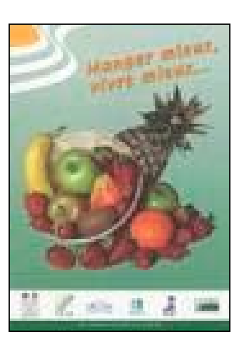
2006

Guide

Public(s) : Personnes en situation de handicap - Personnes en situation de précarité

Conception / Edition : CODES (Comité départemental d'éducation pour la santé) Haute-Saône, ADAPEI (Association départementale d'aide pour l'enfance inadaptée) Haute-Saône

Ce classeur est destiné à favoriser les interventions sur l'équilibre alimentaire auprès des personnes marginalisées : personnes handicapées, migrants, personnes en situation de précarité. Construit à partir de l'expérience d'acteurs de terrain, il vise à répondre aux principales difficultés rencontrées par ces publics : la gestion des quantités, l'utilisation des matières premières, l'impact négatif des publicités et une sédentarité majeure. Il est composé de 16 fiches, qui présentent de façon très concrète et visuelle pour pallier à la non maîtrise de la lecture : la pyramide des repères de consommation, les groupes d'aliments, deux semaines de menus, des idées pour le petit déjeuner, des recommandations et des mises en garde, le rangement du réfrigérateur, l'activité physique et l'hygiène, quelques recettes illustrées.



Diffusion :
IREPS Franche-Comté
Antenne de Haute-Saône
4 Cours François Villon
70000 Vesoul
03 84 76 16 30
antenne70@ireps-fc.fr
www.ireps-fc.fr
[60 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

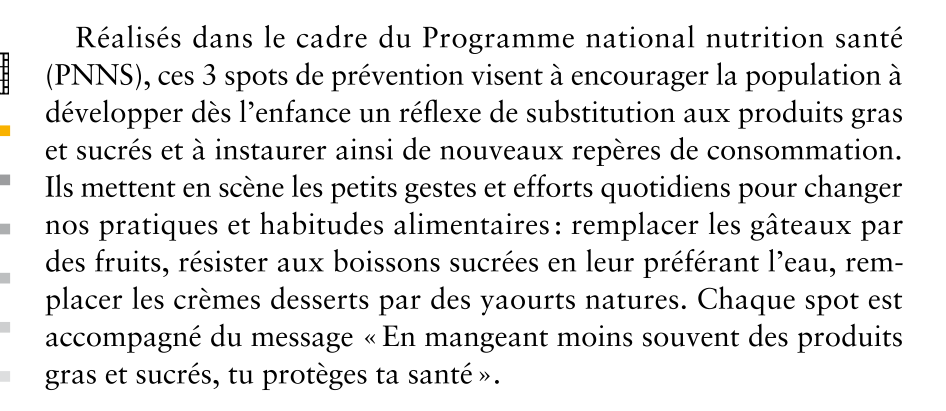
Manger moins de produits gras et sucrés

2005

Vidéo [Dvd - 1 mm 20]

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition : INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé)



Réalisés dans le cadre du Programme national nutrition santé (PNNS), ces 3 spots de prévention visent à encourager la population à développer dès l'enfance un réflexe de substitution aux produits gras et sucrés et à instaurer ainsi de nouveaux repères de consommation. Ils mettent en scène les petits gestes et efforts quotidiens pour changer nos pratiques et habitudes alimentaires : remplacer les gâteaux par des fruits, résister aux boissons sucrées en leur préférant l'eau, remplacer les crèmes desserts par des yaourts natures. Chaque spot est accompagné du message « En mangeant moins souvent des produits gras et sucrés, tu protèges ta santé ».



Diffusion :
INPES
42, boulevard de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
01 49 33 23 71
edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuit selon disponibilité]

Consultation / Prêt
44 - 53 - 72

Le meilleur du goûter

2013

Répertoire d'activités [24 p.]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfant (2 à 6 ans) - Parents - Professionnels - Tout public

Conception / Edition : mangerbouger.fr, Ministère chargé de la santé, INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé)

Ce petit livret, destiné à un large public, rappelle la composition idéale d'un bon goûter pour les enfants et donne des pistes pour varier les plaisirs du « 4 heures ». Il rappelle les règles d'or de l'équilibre nutritionnel, propose des recettes et idées simples pour les mettre en pratique et des petits jeux pour tester et enrichir ses connaissances sur le goûter (jeux des 7 erreurs, memory…).



Diffusion :

En ligne : http://mangerbouger.fr/lemag/le-meilleur-du-gouter/index.html

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72

Nutrissimo Junior®

2013

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : Institut Pasteur de Lille

Ce jeu de plateau propose aux enfants scolarisés dans le primaire jusqu'à la sixième de s'amuser tout en revisitant les bonnes habitudes et attitudes en matière d'alimentation et d'activité physique. L'objectif est d'approfondir les connaissances, d'apprendre à composer un repas équilibré, de promouvoir le patrimoine alimentaire et culinaire français et du monde. Les joueurs doivent composer un plateau repas équilibré en répondant à des cartes questions qui portent sur 9 catégories d'aliments (protéines, féculents, légumes, fruits, matière grasse, produits sucrés, produit laitier, boisson, autres) et sur l'activité sportive et physique. Les questions prennent différentes formes : vrai/faux, question/réponse, rébus, intrus, dessin… et portent sur des sujets aussi divers que l'origine des aliments, les recettes de cuisine, la composition ou encore les apports nutritionnels.



Diffusion :
Institut Pasteur de Lille
Service de nutrition
1 rue du Pr Calmette - BP 245
59019 Lille Cedex
03 20 87 73 46 / 03 20 87 78 15
[Gratuit pour les structures oeuvrant aucontact de l'enfance défavorisée - 15 euros de frais de port]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

Nutrition le Cdvd

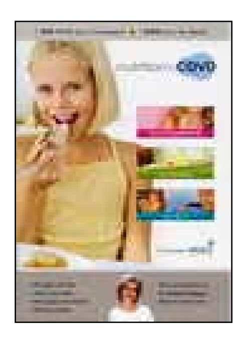
2001

Support multimédia [Cédérom et Dvdrom]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Parents - Professionnels

Conception / Edition : L. Plumey, MGEN (Mutuelle générale de l'éducation nationale), Efficience Multimedia

Ce module de ressources pédagogiques, composé d'un Dvd et d'un cédérom, vise à promouvoir en milieu scolaire (classes de CM1/CM2) une alimentation saine en donnant de bons repères en matière de comportements alimentaires. Le cédérom offre aux enseignants des ressources informatives, mais aussi des pistes pédagogiques (quiz, séquences vidéo, activités pour les élèves, rubrique pour en savoir plus). Le Dvd quant à lui s'adresse directement aux élèves et regroupe l'ensemble des séquences vidéo proposées dans le cédérom, ces séquences étant construites autour de la série d'émissions « Bien nourrir son enfant » diffusée sur France 5. L'ensemble s'articule autour de trois grandes thématiques : les comportements (les goûts, les enfants difficiles, l'enfant fatigué, l'enfant sportif, des kilos en trop, végétarien/végétalien, le grignotage, les allergies), les aliments (les yaourts, le pain, le sucre et les produits sucrés, les fruits et légumes…), les repas (le petit déjeuner, le goûter, la cantine, les fast-foods).



Diffusion :
MGEN
www.mgen.fr
[Gratuit selon disponibilité pour les adhérents MGEN]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Nutrition, tout ce qu'il faut savoir

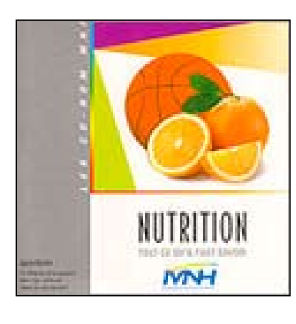
2009

Support multimédia [Cédérom]

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition : MNH (Mutuelle nationale des hospitaliers et des professionnels de la santé et du social)

Ce cédérom est destiné à donner au grand public des informations générales sur la nutrition. Il est découpé en 10 grands chapitres : Je mange… pourquoi ? ; Je mange… pour ma santé ! ; Je mange… comment ? ; Je mange… quand ? ; Je mange… où ? ; Qu'il y-a-t-il… dans mes aliments ? ; Qu'il y-a-t-il… dans mon assiette ? ; D'où viennent les aliments ? ; Le secret… l'équilibre ? ; Mes nouvelles habitudes. Chacun des chapitres est agrémenté de vidéos, de quiz et de fiches imprimables.



Diffusion :
MNH - Service promotion de la santé
45213 Montargis
02 38 90 72 90
prevention@mnh.fr
www.mnh.fr
[Diffusion gratuite uniquement pour les professionnels de santé]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 85

Le Petit Cabas

2011

Kit pédagogique

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : IREPS (Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé) Aquitaine

Le Petit CABAS (Conseil - Alimentation - Bien-être - Activité physique - Santé) est une mallette pédagogique destinée à fournir les moyens de mettre en place des activités pédagogiques autour des thèmes de l'alimentation et de l'activité physique auprès d'enfants de 6 à 11 ans. Elle est construite autour de nombreux supports : un guide pédagogique, des pochettes ateliers, des supports d'intervention (affiches, plateaux, photos...), un carnet plaisir à remettre à chaque enfant, des outils d'évaluation. À partir de tous ces supports, les modalités d'utilisation de la mallette sont simples et variées. Elles permettent à chacun de construire son propre projet et de choisir les activités qui correspondent le mieux à sa fonction, à ses objectifs éducatifs, au temps dont il dispose, aux préoccupations des enfants et au contexte de mise en place de l'action.



Diffusion :

En ligne : www.educationsante-aquitaine.fr/index.php?act=1,20,6

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Photo-alimentation

Outil d'intervention en éducation pour la santé

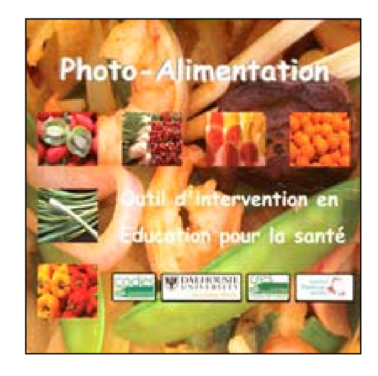
2005

Photoexpression [55 photographies couleur - 30x21 cm]

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition : CODES (Comité départemental d'éducation pour la santé) Charente-Maritime, CRES (Comité régional d'éducation pour la santé Poitou-Charentes), Institut Pasteur de Lille, Dalhouse University

Ce support d'animation destiné à des actions de prévention en éducation nutritionnelle, permet l'expression individuelle ou collective autour du thème de l'alimentation et s'adresse à un large public. Il comporte 55 photographies couleur présentant des individus, des scènes de la vie quotidienne, des lieux et espaces de vie, des situations… en lien avec la problématique santé-alimentation. Ces photographies sont destinées à faciliter l'émergence des représentations liées à l'alimentation en permettant à chacun de les penser, de les verbaliser puis de les exprimer face à un groupe. Ces représentations sont ensuite partagées et confrontées. Un travail de construction/déconstruction de l'acte alimentaire peut alors commencer.



Diffusion :
[Cet outil n'est plus diffusé]

En ligne : www.educationsante-pch.org/?s=Photo-alimentation

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Le P'tit Toqué

2011

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : S. Besse, To be one

L'objectif général de ce jeu est de promouvoir des comportements favorables à la santé en matière de nutrition et d'activité physique régulière, et de fournir aux enfants (à partir de 7 ans) les bases d'une bonne hygiène alimentaire. Le but du jeu est de constituer un menu équilibré avec un aliment de chaque catégorie, les ustensiles nécessaires et des cartes activités physiques. Des cartes pièges et conseils viennent pimenter le jeu en retardant les adversaires ou en apportant des informations ou actions à réaliser. Des cartes recettes incitent à poursuivre le jeu en les réalisant et les dégustant.



Diffusion :
Sophie Besse
2B1 - 14, rue des Picoteuses
78350 Jouy-en-Josas
06 03 34 34 04
www.jeu-le-ptit-toque.com
[24,90 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Rythmes de vie

2011 (2ème édition)

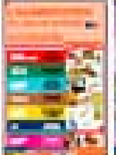
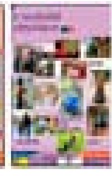
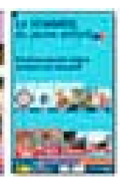
Exposition [7 panneaux - 40x60 cm + 1 Cédérom]

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Parents - Professionnels

Conception / Edition : ADES (Association départementale d'éducation pour la santé) du Rhône

Cette exposition s'adresse particulièrement aux structures de la petite enfance. Elle a pour objectif de sensibiliser les parents et les professionnels à l'importance des rythmes de vie dans le développement des jeunes enfants de 6 mois à 6 ans. Les panneaux mettent l'accent sur les trois principaux éléments du rythme de vie du jeune enfant : le sommeil, l'alimentation, l'activité physique. L'approche est essentiellement visuelle pour permettre aux personnes qui ont des difficultés à lire le français de comprendre les messages. Les affiches sont ainsi construites à l'aide d'images et de mots destinés à interpeller les parents. L'outil s'utilise donc comme un support de communication, de dialogue, d'échanges, d'expression des représentations des parents au sujet des rythmes de l'enfant, qui nécessite d'être accompagné et commenté par un animateur. Un Cédérom est livré avec l'exposition. Il contient un guide avec différentes pistes d'animation, mais aussi des ressources pédagogiques complémentaires.

Outil expertisé 

Diffusion :
ADES
292 rue Vendôme
69003 Lyon
04 72 41 66 01
info@adesdurhone.fr
www.adesdurhone.fr
[80 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

La santé vient en mangeant

Emission du magazine « C'est pas sorcier »

2007

Vidéo [Dvd - 1h45]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : C'est pas sorcier, Riff International Production, France Télévisions Distribution

Destiné prioritairement aux enfants et adolescents en milieu scolaire, ce Dvd propose à travers 4 épisodes, une découverte ludique, instructive et pédagogique des principaux aliments et de leurs effets sur l'organisme. Le premier épisode, « Mangeons équilibré ! » aborde de nombreux sujets : Pourquoi faut-il manger ? Quels aliments nous font du bien ? À quoi servent les lipides, les glucides et les protides ? Comment fonctionne notre appareil digestif ? Pourquoi grossit-on ?... Le second, « Le sucre », raconte l'histoire du sucre et fait découvrir la filière du sucre, d'une sucrerie-distillerie aux casseroles d'un confiseur. Le troisième épisode, « Les produits laitiers », explique tout sur le lait et les produits laitiers : Pourquoi le lait est blanc ? Comment transformer le lait en beurre, en fromages ?... Le dernier épisode, « Les eaux minérales », rappelle quant à lui le rôle indispensable de l'eau, ses effets sur notre corps, la différence entre les eaux de source, minérales ou du robinet...



Diffusion :

http://c-est-pas-sorcier.france3.fr/
[24,99 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

La santé vient en mangeant et en bougeant

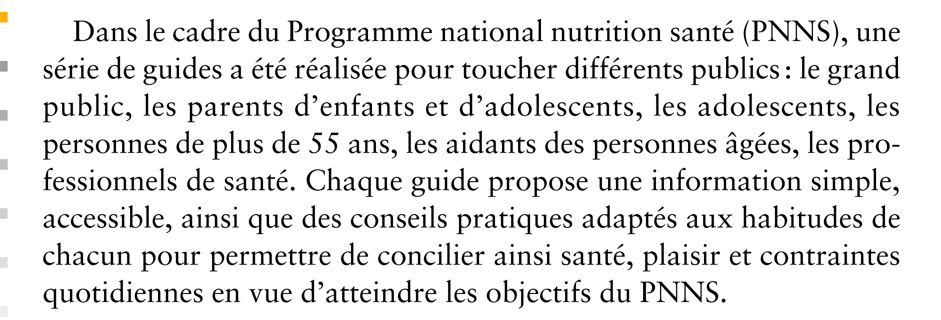
Les guides nutrition du PNNS

2004, 2005, 2006

Guide

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Adultes - Parents - Personnes âgées - Professionnels - Tout public

Conception / Edition : INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé), Ministère de la santé et des solidarités.



Dans le cadre du Programme national nutrition santé (PNNS), une série de guides a été réalisée pour toucher différents publics : le grand public, les parents d'enfants et d'adolescents, les adolescents, les personnes de plus de 55 ans, les aidants des personnes âgées, les professionnels de santé. Chaque guide propose une information simple, accessible, ainsi que des conseils pratiques adaptés aux habitudes de chacun pour permettre de concilier ainsi santé, plaisir et contraintes quotidiennes en vue d'atteindre les objectifs du PNNS.









Diffusion :
INPES
42 bd de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
01 49 33 23 71
edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuits selon disponibilité]

En ligne : www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/rech_doc.asp

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Sur les chemins de la santé

Léa et le feu - Léo et la terre - Léo et l'eau

2006

Programme pédagogique

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

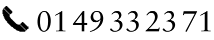
Conception / Edition : INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé)

Ces trois coffrets permettent d'aborder, avec les enfants du primaire, différents thèmes liés à l'alimentation. Ils s'inscrivent dans une démarche de promotion de la santé et poursuivent trois finalités éducatives : développer le respect de soi-même et l'autonomie, promouvoir le respect d'autrui et la solidarité, sensibiliser au respect et à la protection de l'environnement. Ils proposent un parcours de recherche, d'activités et de découvertes basé sur une histoire qui met en scène autour d'un des quatre éléments les personnages de Léa et Léo. Au fil des chapitres, les enfants acquièrent des connaissances, s'interrogent, débattent, jouent, observent leur environnement et s'engagent. Chaque coffret rassemble des activités et animations qui font appel à des compétences variées et propose des débats qui permettent plus particulièrement de développer les compétences psychosociales.






Diffusion :

INPES
42 bd de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex

01 49 33 23 71

edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuits selon disponibilité]

En ligne : www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/rech_doc.asp

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Vinz et Lou mettent les pieds dans le plat

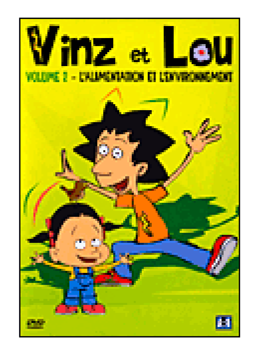
2008

Vidéo [Dvd - 27 mn]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : Tralalere

Destiné aux enfants de 7 à 12 ans, ce Dvd rassemble 14 films d'animation de 2 minutes chacun pour aider à mieux comprendre la problématique alimentaire. Les films racontent les aventures de Vinz, 12 ans, et de Lou, sa petite soeur. À travers un tourbillon de situations cocasses les 14 épisodes visent à éveiller les enfants au plaisir du goût et à les aider à acquérir de bonnes habitudes alimentaires. L'objectif est de rendre l'enfant responsable et conscient des conséquences de ses actes. Chaque épisode s'appuie sur des situations concrètes auxquelles peuvent être confrontés les enfants et met en scène les répercussions de leurs actions dans leur quotidien.



Diffusion :
www.vinzetlou.net
[16,90 euros]

En ligne : www.vinzetlou.net/

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Vos questions nutrition

Bien manger, bien bouger au quotidien avec les 9 repères du PNNS

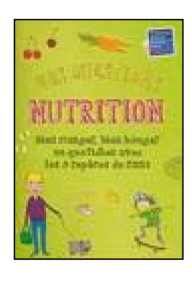
2008

Vidéo [Dvd - 40 x 1 mn]

Public(s) : Adultes - Parents - Tout public

Conception / Edition : INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé)

Cette vidéo de 40 courtes séquences, est destinée à montrer comment mettre en pratique les repères de consommation du Programme national nutrition santé. Elle peut être utilisée pour lancer des animations et des discussions avec un large public. Chaque séquence explique à une famille comment bien manger et bouger au quotidien. Le déroulé est toujours identique : un micro-trottoir met en exergue une contrainte, une croyance, une habitude : « Moi, les 5 fruits et légumes par jour, je n'y arrive pas » - « Moi, j'adore manger du poisson mais c'est impossible vu le prix que ça coûte ! ». À partir de ce témoignage, on montre à la famille comment tendre vers le repère de consommation concerné, en donnant conseils pratiques, trucs et astuces.



Diffusion :
INPES
42 bd de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
01 49 33 23 71
edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuit selon disponibilité]

En ligne : www.inpes.sante.fr/70000/cp/07/cp071001.asp

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

What I eat ?

Around the world in 80 diets

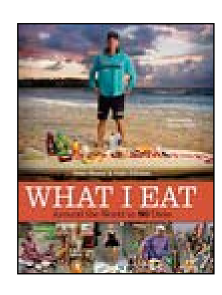
2013

Programme pédagogique [335 p.]

Public(s) : Tout public

Conception / Edition : P. Menzel, F. d'Aluisio, Material World Book

Cet ouvrage rassemble des descriptions de 80 journées alimentaires dans le monde. Chaque personne interrogée pose à côté de ce qu'elle mange habituellement en une journée puis les activités de la journée sont décrites. Les profils sont classés par le nombre croissant de calories absorbées dans une journée. Richement illustré, cet ouvrage apporte un éclairage sur les cultures alimentaires dans le monde mais aussi au sein de chaque pays en fonction des modes et habitudes de vie. Il peut être utilisé lors de séances d'éducation nutritionnelle avec des adolescents ou des adultes afin d'effectuer des comparaisons sur les consommations et les modes de vie, d'échanger et de débattre. Le biais de l'illustration permet d'utiliser cet outil également avec des personnes ne maitrisant pas le français. (*Cet ouvrage est uniquement disponible en anglais et la France n'y est pas décrite*).



Diffusion :
En librairie
[28 euros]

Consultation / Prêt
53

What the world eats ?

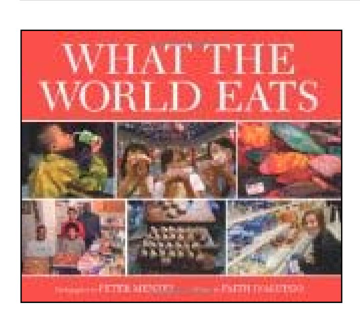
2008

Programme pédagogique [160 p.]

Public(s) : Tout public

Conception / Edition : P. Menzel, F. d'Aluisio, Tricyle Press

Le photographe Peter Menzel et l'auteur Faith D'Aluisio nous font partager leur travail autour de la nourriture dans ce recueil de photographies où l'on retrouve 25 familles dans 21 pays autour de 525 repas. On peut ainsi découvrir en photographies les habitudes alimentaires, les modes de consommation de tous ces habitants : comment se procurent-ils la nourriture, comment préparent-ils les repas, comment conservent-ils les aliments, quel est leur budget hebdomadaire pour ce poste de dépense ?... L'auteur apporte des données chiffrées, des statistiques qui permettent de replacer chaque famille dans le contexte économique, social et culturel de son pays : accès à l'eau potable, taux de fertilité, implantation de la restauration rapide, proportion de la population en surpoids, espérance de vie... Toutes ces données sont agrémentées de recettes des familles, de témoignages sur leurs modes de vie. (*Cet ouvrage est uniquement disponible en anglais*)



Diffusion :
En librairie
[20,39 euros]

Consultation / Prêt
85



Éveil sensoriel







B

Les apprentis du goût

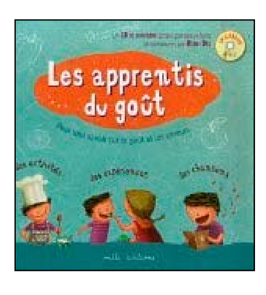
2006

Ouvrage jeunesse [1 album de 46 p. + 1 cd de chansons]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : H. Dès, C. Jégou, M. Lebeau, P. Nille, Ecole J. Ducret, Editions Mila

Ce livre-cd pour les enfants de 4 à 7 ans, vise à faciliter de façon ludique la compréhension et l'apprentissage du goût. Dans une première partie, il offre des jeux, des expériences et des activités pour découvrir les cinq sens, les différentes saveurs, les cuisines d'ici et d'ailleurs, les aromates et les épices… La seconde partie est construite autour d'un cd audio qui offre trois chansons sur le thème du goût et de la nourriture, avec les textes et les partitions. Des indications de chorégraphies et de costumes sont également fournies pour monter un petit spectacle autour du goût.



Diffusion :
En librairie
[16,90 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

L'aventure sensorielle dans l'alimentation

2013

Kit pédagogique en ligne

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Adultes - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes (16 à 20 ans) - Personnes âgées - Personnes en situation de handicap - Tout public

Conception / Edition : M. Derouet, L. Callejon, IREPS Pays de la Loire

Réalisé par le Pôle Maine-et-Loire de l'IREPS Pays de la Loire, cet outil intégralement consultable et téléchargeable sur internet, vise à favoriser l'approche sensorielle dans l'éducation nutritionnelle. L'outil est conçu autour d'un panel diversifié de supports (guide pédagogique, fiches, photoexpression, propositions d'ateliers ludiques et pratiques…) et permet d'intervenir auprès de nombreux publics (enfants, adolescents, adultes, personnes handicapées…). Cette autre façon d'aborder l'alimentation offre la possibilité de découvrir ou redécouvrir nos 5 sens, de s'ouvrir à l'écoute des stimulations corporelles et environnementales, de savoir décrire ses ressentis : en d'autres termes, d'envisager les plaisirs alimentaires autrement…



Diffusion :

En ligne : www.irepspdl.org/_front/Pages/article.php?art=61

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Les cinq sens

Non daté

Jeu

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Personnes en situation de handicap

Conception / Edition : Akros educativo

Ce jeu s'adresse à des enfants à partir de 3 ans afin de mieux connaître les fonctions des cinq sens en favorisant l'expression orale. Il leur est demandé d'associer des photographies de situations de perception représentant les cinq sens dans la vie quotidienne avec la photographie de l'organe sensoriel stimulé. Ce jeu permet donc de connaitre les fonctions sensorielles et leur importance, d'apprendre à les nommer et à les décrire. Il peut être utilisé auprès d'un public en situation de handicap mental.



Diffusion :
A.F.D.
Parc d'activité de l'Argile 2
Lot 110-111 Voie K
460, avenue de la Quiera
06370 Mouans Sartoux
04 93 43 21 84
autismediffusion@gmail.com
www.autismediffusion.com
[19,50 euros]

Consultation / Prêt
53 - 72

Les cinq sens

Émission du magazine TV C'est pas sorcier

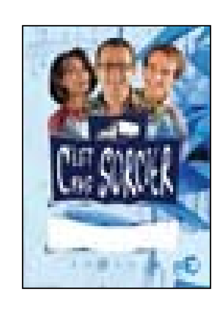
2010

Vidéo [Dvd - 2h10]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : C'est pas sorcier, France 3, Multmedia France Production

Destiné prioritairement aux enfants et adolescents en milieu scolaire, ce Dvd propose une découverte ludique, instructive et pédagogique autour des 5 sens. Il est organisé en 5 épisodes. Le premier concerne l'odorat et l'univers de l'olfactif en faisant découvrir, de la cueillette des plantes au design du flacon, toutes les étapes de la création d'un parfum. Le second s'intéresse à notre environnement sonore et aux effets du bruit. Pour mieux comprendre la perception des sons, un ORL explique le fonctionnement de l'oreille et du tympan. Le troisième permet de comprendre le fonctionnement de l'oeil en expliquant ce qui se passe quand il tombe en panne : des personnes atteintes d'une déficience visuelle témoignent de leur vie quotidienne. Le quatrième dit tout sur cette peau qui nous informe sans cesse sur le monde qui nous entoure tout en nous protégeant des agressions extérieures. Le dernier est consacré quant à lui au goût.



Diffusion :

http://c-est-pas-sorcier.france3.fr/
[24,99 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 85

5 sens en éveil

2003

Kit pédagogique

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : C. Duserre, Editions Nathan

Ce kit permet d'animer des activités autour de la découverte sensorielle et de l'éveil sensoriel avec des enfants de maternelle. Il offre un ensemble d'outils pédagogiques organisés autour d'un parcours de jeu de 5 chemins, un par sens : la vue, le goût, le toucher, l'odorat, l'ouie. À chaque case correspond une carte et une question à laquelle toute la classe doit répondre en effectuant une série d'activités autour de fiches, de posters et de comptines.



Diffusion :
En librairie
[39,90 euros]

Consultation / Prêt
44 - 85

Les cinq sens et l'alimentation

2006

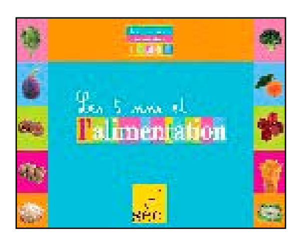
Kit pédagogique

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Editions Sed

Ce kit offre aux enseignants de maternelle une palette d'outils pratiques et complémentaires pour aborder la découverte des 5 sens et de l'alimentation. L'ensemble, très complet, vise plusieurs objectifs. Mettre l'accent sur la découverte des goûts et des saveurs de base de notre alimentation quotidienne, savoir les identifier, les nommer, les classer... Montrer que le goût n'est pas le seul sens sollicité pour se nourrir et que la vue, l'odorat, le toucher, l'ouie ont aussi un rôle primordial pour bien choisir sa nourriture. Permettre d'approfondir les connaissances autour du savoir bien se nourrir avec ses 5 sens en amenant les élèves à s'interroger sur les rythmes alimentaires (les différents repas) et l'équilibre alimentaire à respecter pour être en bonne santé. Parmi les supports proposés : des fiches d'expériences, des fiches élèves, un abécédaire des aliments, un album illustré, des jeux (jeu des 4 saveurs, memory olfactif, aliments mystérieux, échantillons tactiles), un cd audio avec comptine et jeux d'écoute sur les sons en lien avec l'alimentation, six posters...

Outil expertisé 



Diffusion :
Auprès du délégué pédagogique
de chaque département des Editions Sed
Informations sur :
www.editions-sed.fr
[de 209 à 249 euros selon version]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Cultiver le goût et l'odorat

2010 (3è éd.)

Répertoire d'activités [110 p.]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : D. Druart, A. Janssens, M. Waelput, Editions de Boeck

Cet ouvrage propose un ensemble d'activités gustatives et olfactives concrètes à réaliser avec des enfants de maternelle et du primaire. Ces activités permettent d'exercer le sens du goût et de l'odorat chez le jeune enfant, d'exploiter en classe des projets sollicitant l'exercice de ces sens oubliés, de développer des activités pédagogiques permettant de créer une mémoire sensorielle chez les enfants, de mener des expériences amusantes et créer des « livres à goûter et à sentir », de créer des jeux destinés à affiner les discriminations olfactives et gustatives. Chaque activité est décrite de façon précise : objectifs, règles du jeu, matériel, nombre de participants, évaluation, prolongement envisagé, remarques méthodologiques, différenciation suggérée.



Diffusion :
En librairie
[14,50 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Éduquer son enfant en cuisinant

Conseils, jeux et recettes

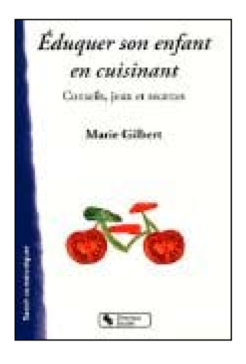
2012

Répertoire d'activités [133 p.]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Parents - Professionnels

Conception / Edition : M. Gilbert, Editions Chronique Sociale

Cet ouvrage invite les parents à utiliser la cuisine comme ingrédient d'une éducation constructive. Il propose des suggestions simples pour accompagner l'enfant dans son développement et dans son désir de savoir faire et des recettes faciles qui privilégient les fruits et les légumes. Réussir au départ des plats de base encouragera les petits devenus grands à réaliser des mets plus élaborés, à réinventer et à créer.



Diffusion :
En librairie
[12,50 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Fruits parfumés encastrables

1996

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Toyland

Ce jeu en bois qui s'adresse aux enfants dès l'âge de 3 ans, vise à favoriser les sens les moins stimulés : le toucher et l'odorat. Il se compose d'une planche en bois, de 8 fruits encastrables et de 8 essences. Les 8 essences correspondent à l'odeur des 8 fruits (ananas, banane, poire, pomme, fraise, orange, citron, pêche). Elles doivent être manipulées par des adultes qui doivent verser quelques gouttes dans la partie arrière du fruit correspondant (l'odeur dure environ 2 semaines). Les enfants apprennent ainsi à différencier et à identifier une série d'odeurs et de formes proches, avec les fruits du jeu à emboîter, en exerçant leur mémoire olfactive et tactile.



Diffusion :
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
85

Le jeu des énigmes C'est pas Sorcier : les 5 sens

2011

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Tout public

Conception / Edition : Bioviva Editions

Les 80 énigmes proposées dans ce jeu autour des 5 sens s'adressent aux enfants, âgés de 7 ans et plus. Elles conservent l'esprit de la célèbre émission « C'est pas sorcier » en apportant des informations scientifiques drôles et instructives. Elles permettent de tester ses connaissances de manière ludique. Le but du jeu étant d'être le plus rapide à découvrir ce qui se cache derrière les 5 indices.



Diffusion :
jeprogresse.com
227 rue Jean Jaurès
83000 Toulon
www.jeprogresse.com
[10 euros]

Consultation / Prêt
49 - 53 - 72 - 85

Jeux des 5 sens

2013

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Editions Nathan

Destiné aux enfants à partir de 4 ans, cet outil permet de multiples départs d'activités pour aborder et travailler la thématique des 5 sens : la vue, l'ouie, l'odorat, le goût, le toucher. Il est construit autour d'un matériel permettant de mettre en place trois types d'activités : langage, tri, loto. Parmi ce matériel : une série de 35 photos qu'il convient d'associer à des cartes-symboles représentant les 5 sens et un jeu de loto. L'ensemble peut ainsi donner lieu à des jeux silencieux ou commentés de regroupements, de familles, de classement, d'échanges, d'expression, à des activités individuelles ou collectives d'observation, de description, de comparaison des images, à des jeux de détection et d'identification au niveau de l'environnement…



Diffusion :

www.nathan.fr

[42 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

Le loto des odeurs

1988

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Personnes âgées - Personnes en situation de handicap - Tout public

Conception / Edition : Sentosphère, V. Debroise

Destiné aux enfants de 4 à 10 ans (mais aussi à un public plus large), ce jeu peut s'utiliser pour animer un atelier sur les 5 sens, les goûts et les odeurs dans l'alimentation. Construit sur le principe du loto, il convient d'associer une image à une odeur. L'objectif est d'apprendre à reconnaître des odeurs et parfums, à les comparer, à les nommer, à les décrire. Dans le cadre d'un travail sur l'alimentation, il permet de découvrir la richesse des effets sensoriels produits par les aliments, de comprendre l'interaction des 5 sens dans la perception du goût de l'aliment… Les odeurs proposées sont celles de fruits (melon, citron, pomme, noix de coco, fraise, banane…), de fleurs ou plantes (fenouil champignon, menthe, vanille…) et d'éléments domestiques (biscuits, savon, feu de bois…).



Diffusion :
Hoptoys
ZAC Garasud
381 Rue R. Recouly - CS 10042
34078 Montpellier Cedex 3
04 67 13 81 10
www.hoptoys.fr
[29,95 euros]

Consultation / Prêt
44 - 72 - 85

L’odorat

Les fruits et leurs arômes

Non daté

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Personnes âgées - Personnes en situation de handicap - Tout public

Conception / Edition : Akros Educativo



Ce jeu sensoriel vise à développer l’odorat dès l’âge de 3 ans. Il comprend des photographies de 12 fruits différents (en entier et coupés) et 12 pots olfactifs avec des arômes. Ce type de jeu permet aux jeunes enfants de développer leur odorat, leur vocabulaire, leur sens de l’observation, et d’avoir une meilleure connaissance globale des fruits.



Diffusion :
La Cachava
c/. Polvoranca, 9
28901 Getafe (Madrid) Espagne
info@lacachava.net
www.lacachava.net
[33,23 euros]

Consultation / Prêt
44 - 72 - 85

Parfumaster
Les odeurs du jardin

2009

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Personnes âgées - Personnes en situation de handicap - Tout public

Conception / Edition : Sentosphère, V. Debroise

Ce coffret jeu rassemble des boitiers d'odeurs du jardin et de la nature. À travers divers jeux proposés par une notice d'utilisation mais aussi des pistes pour stimuler le sens olfactif, il permet un travail autour des cinq sens et/ou de la nature. Pour les plus âgés, ce coffret s'adresse à la mémoire olfactive et fait travailler l'évocation à partir d'un vécu olfactif, stimulant ainsi la mémoire des odeurs. Il comprend 32 cartes et 16 boîtiers odorants (écurie, figuier, foin, herbe, jacinthe, lierre, lilas, menthe, mimosa, pin, romarin, rose, sous-bois, terre mouillée, tilleul, verveine).



Diffusion :
Hoptoys
ZAC de GAROSUD
381 Rue Raymond Rercouly
CS 10042
34078 Montpellier Cedex 3
04 67 13 81 10
www.hoptoys.fr
[20 euros]

Consultation / Prêt
53

Parfumaster

Les odeurs du verger potager

2009

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Personnes âgées - Personnes en situation de handicap - Tout public

Conception / Edition : Sentosphère, V. Debroise



Ce coffret jeu rassemble des boitiers d'odeurs du verger et du potager comme différents fruits ou herbes aromatiques. À travers divers jeux proposés par une notice d'utilisation mais aussi des pistes pour stimuler le sens olfactif, il permet un travail autour des cinq sens et/ou de la nature. Pour les plus âgés, ce coffret s'adresse à la mémoire olfactive et fait travailler l'évocation à partir d'un vécu olfactif, stimulant ainsi la mémoire des odeurs. Il comprend 32 cartes et 16 boîtiers odorants (abricot, aneth, basilic, mûre, cerise, fraise des bois, framboise, mandarine, noix, melon, persil, poire, pomme, pomme de terre, rhubarbe, thym).



Diffusion :
Hoptoys
ZAC de GAROSUD
381 Rue Raymond Recouly
CS 10042
34078 Montpellier Cedex 3
04 67 13 81 10
www.hoptoys.fr
[20 euros]

Consultation / Prêt
53 - 85

La planète des sens

2008

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Tout public

Conception / Edition : D. Cüppers, Habermaab Gmbh

La planète des sens rassemble une douzaine de jeux qui éveillent les sens : la vue, l'ouïe, le goût, l'odorat, le toucher ainsi que la motricité. Les activités sont simples et rapides à mettre en place et ont différents degrés de difficulté. Elles peuvent ainsi s'adapter à différents publics dès l'âge de 4 ans. Pendant qu'ils jouent, les enfants s'exercent en même temps au langage, ils entraînent leur mémoire et leurs réflexes parmi les jeux suivants : super mémoire, œil de lynx, équilibriste, tas vacillant, détective, une ouïe fine, nez fin, gourmet... Une règle du jeu permet de guider l'animateur dans les choix d'activité par tranche d'âge et dans les objectifs recherchés. Un cahier d'information accompagne les jeux et propose des informations supplémentaires sur les 5 sens.



Diffusion
jeprogresse.com
227 rue Jean Jaurès
83000 Toulon
www.jeprogresse.com
[39,90 euros]

Consultation / Prêt
53 - 85

Programme de formation des enseignants sur les classes du goût

2011

Guide [75 p. + Cédérom]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Professionnels

Conception / Edition : C. Martin-Poly, C. Reverdy, D. Pautrel, M. Ivaha, N. Husser, S. Delaroche-Houot, V. Rivière, Ministère de l'agriculture



Ce guide présente le programme des « Classes du goût » conduit dans les écoles élémentaires, et dont les objectifs sont de favoriser le développement des compétences psychosociales des élèves et d'encourager la verbalisation des perceptions sensorielles. L'ensemble est construit autour de 8 séances : les 5 sens et l'alimentation, la ronde des saveurs dans le goût, l'olfaction et la mémoire des odeurs, la vue, le toucher et l'ouie, le goût au sens large. Le guide fournit des recommandations sur le déroulement des séances. Il est accompagné du Cédérom « Le goût et les 5 sens » avec lequel l'enseignant peut compléter ses connaissances. Ce cédérom comprend : un module de mise en oeuvre des classes du goût sous forme de films vidéos réalisés en classe, une encyclopédie sur le goût, les préférences alimentaires, les odeurs, les saveurs, les arômes, le choix des aliments, le fonctionnement des sens, la perception des messages sensoriels et leur interprétation par notre cerveau.



Diffusion :

En ligne : www.ac-clermont.fr/IA03/pedagogie/camp-divers/12-13/Class-gout_Guide_formation.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Un resto dans tous les sens

2009

Ouvrage jeunesse [26 p.]

Public(s) : Jeunes Enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : C. Wagnon, S. Goudin, N. Goudin, ABC Diététique

Destiné aux jeunes enfants (1 à 6 ans), cet outil vise à leur faire découvrir que manger, ce n'est pas simplement se nourrir, mais que c'est aussi mettre en émoi ses 5 sens : la vue, l'ouïe, l'odorat, le toucher et le goût. À travers un conte ludo-éducatif, les enfants découvrent l'importance de chacun des sens dans le plaisir de manger, la diversité alimentaire, la convivialité et le plaisir à table. L'histoire du conte se déroule dans la cuisine d'un restaurant : une ménagerie, dirigée par un coq cuisinier, doit préparer le repas d'anniversaire du roi. Toute l'équipe de cuisine est sollicitée pour l'occasion. Chaque rebondissement est alors l'occasion de découvrir de manière interactive les 5 sens à travers des activités pédagogiques proposées dans un livret d'accompagnement.



Diffusion :
ABC Diététique
292, rue de Vendôme
69003 Lyon
04 72 07 69 46
contact@abcdiététique.fr
www.abcdietetique.fr
[25 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Les Restos du goût
12 ateliers repas au restaurant scolaire

2010

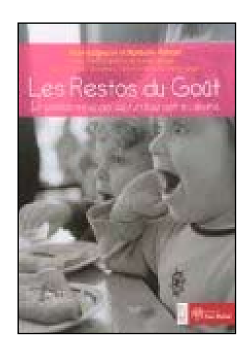
Programme pédagogique [1 livre 207 p. + 1 cédérom]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Professionnels

Conception / Edition : A. Gaignaire, N. Politzer, Editions Yves Michel

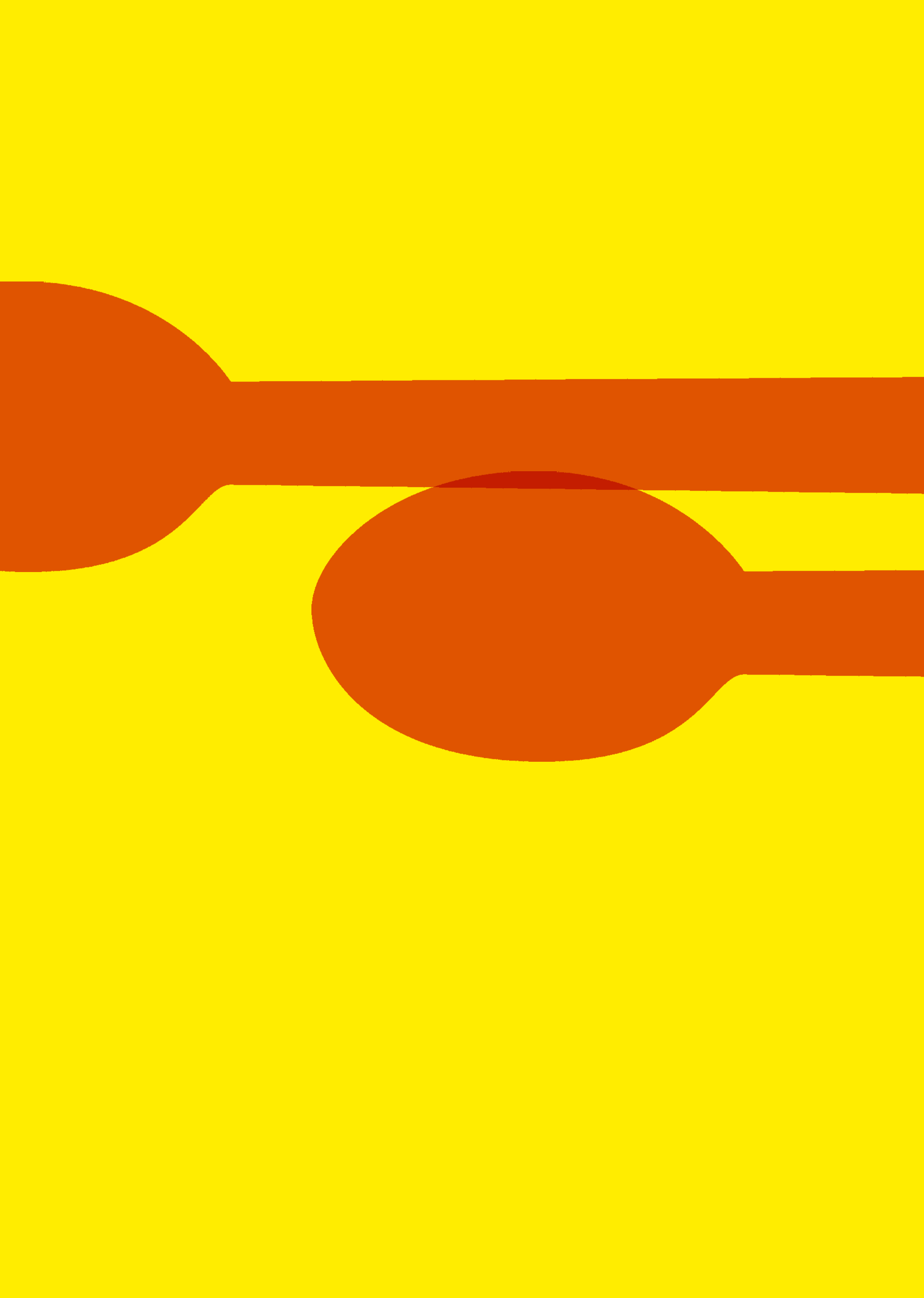


Cet outil propose 12 ateliers-repas issus des Restos du Goût (projet conduit en région Bourgogne) pour développer l'éveil sensoriel et l'éducation au goût auprès des enfants du primaire au restaurant scolaire. Il est construit autour d'un guide et d'un cédérom. Le guide invite à découvrir la dégustation et la pédagogie du goût et explicite la méthode des Restos du Goût : organisation pratique des ateliers, description du programme, prolongement des activités au domicile familial. Le coeur de l'ouvrage est ainsi constitué d'une vingtaine de fiches pratiques, qui grâce à des activités ludiques et interactives, vont permettre d'amener les enfants à redécouvrir l'acte alimentaire sous l'angle du plaisir et de la sensorialité. Le cédérom permet la mise en oeuvre du programme en proposant le matériel pédagogique (fiches Animateurs, fiches Enfant, fiches Produits, fiches Cuisinier, affiches couleur…) en version imprimable.

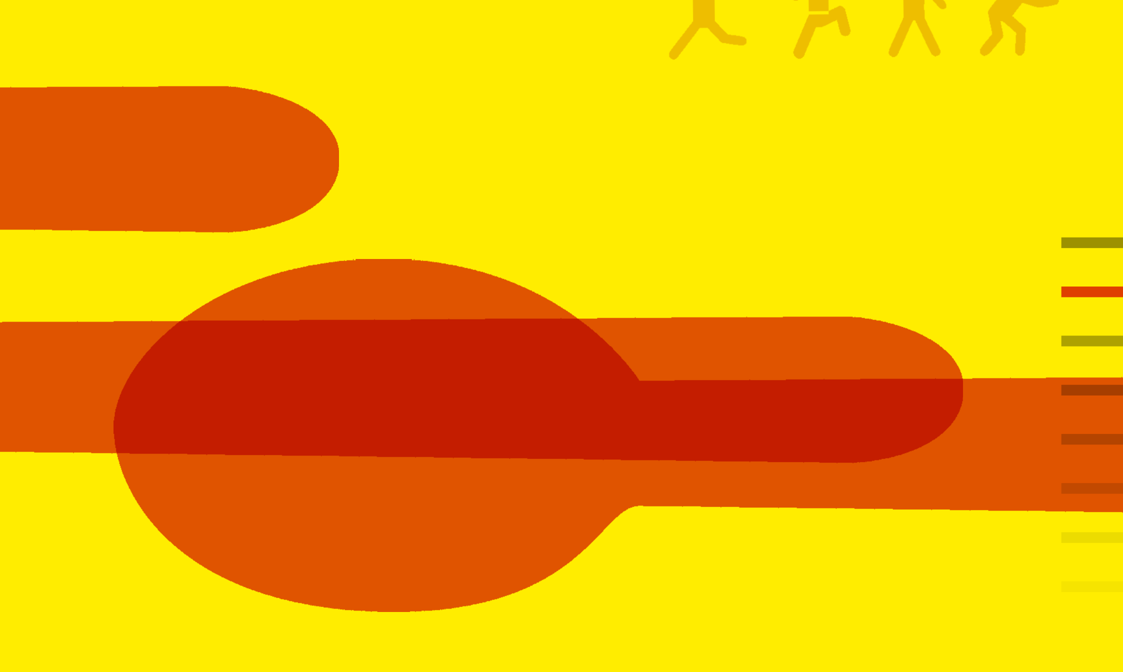


Diffusion :
En librairie
[16,50 euros l'ouvrage - 12,50 euros le cédérom]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85



Mobilité, activité physique



C

Activité physique

Contexte et effets sur la santé

2012

Vidéo [Dvd - 33 mn + bonus]

Public(s) : Professionnels - Tout public

Conception / Edition : INSERM (Institut national de la santé et de la recherche médicale)

Ce Dvd s'appuie sur les résultats de l'expertise collective « Activité physique - contextes et effets sur la santé » publiée en 2008 par l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM). Composé des principales conclusions et recommandations de l'expertise, il constitue un outil de promotion de l'activité physique et sportive comme facteur de santé et vise à convaincre le plus large public de la nécessité de pratiquer une activité physique ou sportive régulière. Le Dvd comprend un film de 33 mn et des bonus sur les bienfaits de l'activité physique à tous les âges de la vie mais également sur les risques liés à certaines pratiques trop intensives.



Diffusion :

En ligne : www.inserm.fr/index.php/thematiques/sante-publique/dossiers-d-information/activite-physique

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Activité physique

Mieux connaître et prendre en compte les motivations des publics à la pratique d'activités physiques

2010

Guide [12 p.]

Public(s) : Adultes - Professionnels

Conception / Edition : IREPS (Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé) Rhône-Alpes

Ce guide a pour objectif de fournir aux professionnels des repères théoriques et pratiques utiles à la mise en place d'actions sur le thème de l'activité physique. Il s'articule autour de 3 volets : une étude de la littérature portant sur les motivations à la pratique d'activités physiques, une étude réalisée dans les départements de la Drôme, de la Savoie et de la Haute-Savoie afin d'identifier les motivations et les freins à la pratique de l'activité physique, et enfin des recommandations pour l'action.



Diffusion :

En ligne : http://education-sante-ra.org/publications/2010/guide_motivs_actphy.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Activités physiques pour les 3-8 ans

150 exercices et jeux

2003

Répertoire d'activités [192 p.]

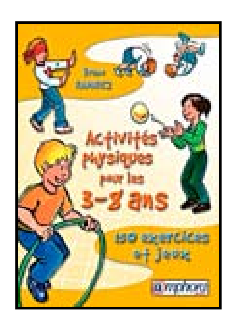
Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Parents - Professionnels

Conception / Edition : B. Ramirez, Editions Amphora



Cet ouvrage s'adresse à toute personne, jeune parent, enseignant, éducateur ou animateur, qui désire faire pratiquer une activité physique de façon ludique et conviviale à des enfants de 3 à 8 ans. Il est conçu comme un recueil d'exercices et de jeux. Après quelques brefs rappels sur l'anatomie des enfants et sur leur développement psychomoteur, l'ouvrage présente tout d'abord des exercices d'échauffement, puis des exercices et des jeux visant à favoriser un meilleur déplacement dans l'espace ainsi que le développement des sens. Toutes les activités physiques et sportives proposées sont décrites à l'aide d'un petit texte expliquant la consigne de mise en oeuvre. Elles sont également illustrées de façon très simple et très claire à l'aide d'un dessin montrant les gestes précis à faire effectuer aux enfants.





Diffusion
En librairie
[19,27 euros]

Consultation / Prêt
44

Bien dans mes baskets !

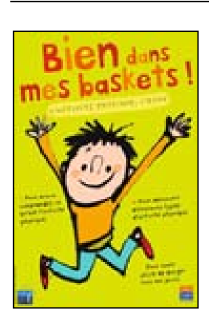
2010

Exposition [12 panneaux - 30x42 cm]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : La Ligue contre le cancer (Comité de Paris)

Cette exposition fait partie d'un programme d'éducation à la santé destiné aux enfants des écoles élémentaires, dont l'objectif est d'encourager la consommation de fruits et légumes, et plus généralement, l'adoption de modes de vie sains privilégiant une alimentation équilibrée et une activité physique régulière. À l'aide d'un graphisme dynamique et coloré, elle invite les enfants à découvrir les bienfaits de l'activité physique, l'ensemble visant à mieux faire comprendre l'activité physique, à faire connaître différents types d'activité physique et à donner envie de bouger tous les jours.



Diffusion :

En ligne : www.plaisiretvitamines.org

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Bouger, c'est la santé !

2004

Kit pédagogique

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition : Ministère chargé de la santé, INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé), CNAMTS (Caisse nationale d'assurance maladie des travailleurs salariés)



Cet outil rassemble les différents supports de la campagne de promotion de l'activité physique menée par l'INPES en 2004. Grâce à un discours simple et pédagogique, l'objectif est d'illustrer combien la recommandation d'au moins l'équivalent de 30 minutes de marche rapide chaque jour est aisément réalisable. Les supports se composent : d'autocollants illustrés incitant à prendre l'escalier plutôt que l'ascenseur, d'un dépliant « Bouger c'est la santé », d'une affiche, d'un Quiz santé pour tester les repères en matière de nutrition, et plus particulièrement sur l'une de ses composantes, l'activité physique.



Diffusion :
INPES
42 bd de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
01 49 33 23 71
edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuit selon disponibilité]

Consultation / Prêt
44 - 53 - 72 - 85

Campagne Bouger (nutrition)

2010

Vidéo [Dvd - 35 s.]

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition : INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé)

Diffusée en 2010, cette campagne TV reprend le slogan « Bouger 30 minutes par jour c'est facile » pour inciter chacun d'entre nous à bouger en intégrant la marche, le vélo à nos pratiques quotidiennes. Les spots mettent en scène le quotidien de citadins : un homme qui promène son chien au petit matin, des ouvriers qui font du vélo sur un chantier, un vieux monsieur qui revient des courses, des jeunes qui vont danser en boîte de nuit… Un peu partout autour d'eux, des messages parfaitement intégrés au décor (tags, panneaux publicitaires, magnets sur un réfrigérateur, murs d'immeuble, camion…) rendent visibles les nombreuses occasions facilement accessibles en ville pour faire 30 minutes d'activité physique par jour…



Diffusion :
INPES
42 bd de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
01 49 33 23 71
edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuit selon disponibilité]

En ligne : www.inpes.sante.fr/70000/cp/10/cp101130.asp

Consultation / Prêt
53 - 72 - 85

Comment mettre en place une signalétique piétonne pour favoriser la marche ?

Kit d'accompagnement des collectivités locales

2011

Guide [18 p.]

Public(s) : Professionnels

Conception / Edition : INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé)

Ce support d'accompagnement des collectivités locales à l'implantation de panneaux fléchant des itinéraires en temps de trajets à pied ou vélo dans les localités, explique pourquoi il est intéressant de mettre en place cette signalétique et comment le faire. Il comprend une méthodologie pour créer des cartes de temps de parcours, une charte graphique pour réaliser la signalisation, un rappel des règles d'installation des panneaux et des outils clés en main pour valoriser la démarche de la ville.



Diffusion :
INPES
42 bd de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
01 49 33 23 71
edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuit selon disponibilité]

En ligne : www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1378.pdf

Consultation / Prêt
44 - 85

Gigote

2011

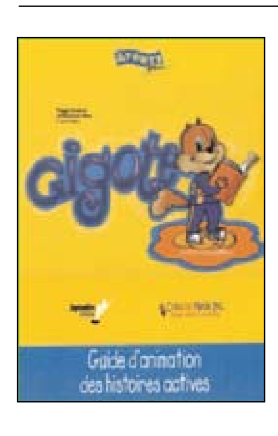
Répertoire d'activités

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : P. Gendron, M. Fillon, Editions Septembre

Destiné aux enfants d'écoles maternelles, ce classeur rassemble des histoires dites actives permettant aux enfants de bouger. Il contribue à dynamiser les apprentissages en multipliant les occasions de faire de l'activité physique et de se détendre en classe. Les objectifs sont notamment de développer la motricité fine et globale, d'améliorer la santé et la condition physique, la concentration et l'attention, l'humeur des enfants, de diminuer le stress… Le classeur propose 73 histoires actives, d'une durée approximative de 15 minutes chacune. Chaque histoire est un récit mettant en vedette Gigote un écureuil vif et plein d'imagination, au cours duquel il faut mimer toutes les actions qui sont décrites. Les histoires actives proposent des mouvements qui mettent à contribution de nombreuses habiletés corporelles : motricité fine, endurance, équilibre, flexibilité, coordination, vitesse, expression corporelle et relaxation.





Diffusion :
Editions Pirouette
7B rue des Artisans
67920 Sundhouse
03 88 57 09 04
contact@pirouette-editions.fr
www.pirouette-editions.fr
[70 euros]

Consultation / Prêt
44 - 53 - 85

Gymnastique et bien-être pour les seniors

Gym, forme, plaisir, prévention : 330 exercices

2003

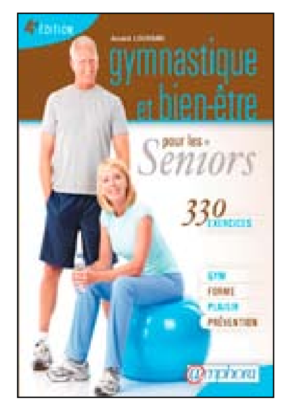
Répertoire d'activités [160 p.]

Public(s) : Personnes âgées - Professionnels

Conception / Edition : A. Louvard, Editions Amphora



Destiné aussi bien aux seniors qui désirent entretenir de façon efficace et simple leur condition physique qu'à toute personne responsable de l'animation et de l'encadrement de séances spécifiques, ce guide pratique propose un ensemble d'exercices simples, concrets et accessibles pour le bien-être général des seniors. Classés par thème, ces exercices permettent de préserver ou d'améliorer l'ensemble des aspects de l'entretien physique afin de se maintenir en forme : le dos, la colonne cervicale, les épaules, l'équilibre, la souplesse, le renforcement musculaire, le système cardio-vasculaire, la coordination…



Diffusion :
En librairie
[19,95 euros]

Consultation / Prêt
72 - 85

Les habitudes de Thomas et Zoé !

2013

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Mutualité française Nord - Pas-de-Calais

Ce jeu a pour objectif de sensibiliser les enfants de 6 à 10 ans sur les bienfaits d'une activité physique régulière et de l'alimentation équilibrée pour la santé. Il propose deux animations, l'une pour les 6-7 ans et l'autre pour les 8-10 ans, basées sur deux supports visuels représentant des activités sédentaires et des activités physiques. Ces animations visent à permettre aux enfants d'identifier différents types de comportements liés à l'activité physique et à la sédentarité, d'argumenter leurs choix et de s'exprimer sur leurs relations à l'activité physique, d'effectuer un état des lieux concernant leurs connaissances sur les notions d'activité physique et de sédentarité.



Diffusion :
Mutualité française Nord - Pas-de-Calais
237 boulevard de la Liberté
59000 Lille
03 20 62 79 47
union.regionale@mutualite-npdc.fr
[20 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Kidz-Box

25 jeux et astuces pour bouger et se nourrir en s'amusant

2008

Kit pédagogique

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : L. Zahner, F. Burgi, I. Niederer, B. Liechti, S. Kriemler, J. Puder, Promotion Santé Suisse



Cet outil propose un ensemble de jeux pour encourager, auprès des jeunes enfants (4 à 7 ans), à l'école comme à la maison : l'activité physique, une alimentation et des boissons équilibrées, une durée de sommeil suffisante et une consommation médiatique limitée. L'outil est construit autour d'un fichier de 25 cartes de jeux. Au dos des cartes figurent une présentation des exercices avec différents degrés de complexité et différentes variantes, des informations sur leur objectif et des idées et astuces pour favoriser leur mise en pratique dans la vie de tous les jours. L'outil est complété par un livret pédagogique qui donne à l'enseignant tous les conseils méthodologiques pour la mise en oeuvre des activités, et par une brochure à remettre aux parents.



Diffusion :
Promotion Santé Suisse
Dufourstrasse 30 Postfach 311
CH-3000 Bern 6
✉ Martina.Balsiger@promotionsante.ch
www.promotionsante.ch
[39 FCH + frais d'envoi]

Livrets en ligne : http://gesundheitsfoerderung.ch/pages/Gesundes_Koerpergewicht/Tipps_Tools/kidzbox.php?lang=f

Consultation / Prêt
44 - 72 - 85

Mobil'Anim

2011

Guide [25 p.]

Public(s) : Adultes - Professionnels

Conception / Edition : Cultures et Santé (Belgique)

Spécialement conçu pour des professionnels travaillant dans les champs de la culture, de l'insertion socio-professionnelle et du social, avec un public d'adultes, ce guide permet d'explorer et d'interroger la thématique de la mobilité sous un angle original et élargi. La mobilité est en effet ici entendue par les déplacements physiques mais aussi virtuels (internet, téléphone, médias, courrier…). Basées sur l'échange, le dialogue et l'écoute, les activités visent à susciter l'expression des ressentis et à stimuler la réflexion de chacun. Les participants sont amenés à élargir leurs représentations, à porter un regard positif sur leur propre mobilité et à déterminer les leviers sur lesquels agir pour augmenter leur capacité à être mobiles.



Diffusion :

En ligne : www.cultures-sante.be/nos-outils/education-permanente/2011/mobil-anim-une-animation-sur-les-mobilites.html



La mobilité durable

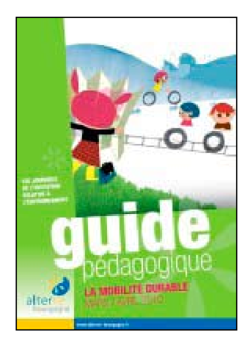
2010

Guide [40 p. + fiches d'activités]

Public(s) : Tout public

Conception / Edition : Alterre Bourgogne

Cet outil destiné à un large public, pourra être utilisé en séances d'éducation au développement durable pour réfléchir à nos modes de déplacements et à leur impact sur l'environnement, mais aussi dans le cadre d'actions relatives à l'activité physique pour promouvoir des déplacements doux associant l'activité physique. Il est construit autour d'un guide pédagogique et de fiches d'activités. Le guide apporte des éléments de connaissances sur la mobilité, la mobilité étant entendue comme le fait de se déplacer et désignant à la fois le mouvement lui-même et les modes de déplacements employés. Les fiches d'activités proposent quant à elles des pistes d'animations, des ressources, l'ensemble étant organisé autour de grandes thématiques : qu'est-ce que la mobilité, les différents modes de transports, les enjeux de la mobilité, les freins à la mobilité, j'agis je me déplace autrement. Sur chaque fiche sont indiqués les objectifs, le niveau, le temps et le matériel nécessaire.



Diffusion :

En ligne : www.alterre-bourgogne.org/article.php?laref=41&titre=la-mobilite-durable-

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72

Mobilités actives au quotidien

Le rôle des collectivités

2013

Guide [75 p.]

Public(s) : Professionnels

Conception / Edition : Réseau français des Villes-Santé de l'OMS, Editions Presses de l'EHESP

Ce guide a pour but de sensibiliser et de mobiliser les collectivités par rapport au rôle qu'elles peuvent jouer dans l'adoption d'un mode de vie plus actif au quotidien. Il est construit autour d'une partie générale qui traite de la conception des politiques, plans de soutien et stratégies locales au service du développement des mobilités actives, et de fiches pratiques qui présentent des exemples de différents moyens d'actions à disposition des collectivités pour promouvoir les mobilités actives au quotidien (zones de circulation apaisée, Pédibus, signalétique piétonne, vélos en libre-service, aménagement des cours d'école, marches collectives…).



Diffusion :
Presses EHESP
Avenue du Pr Léon Bernard
35043 Rennes
02 99 02 29 11
www.presses.ehesp.fr
[15 euros]

En ligne : www.villes-sante.com/guides-du-reseau/

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72

Promouvoir l'activité physique des jeunes

Élaborer et développer un projet de type Icaps

2011

Guide [185 p.]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Jeunes (16 à 20 ans) - Professionnels

Conception / Edition : F. Rostan, C. Simon, Z. Ulmer, INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé)



L'étude Icaps, « Intervention auprès des collégiens centrée sur l'activité physique et la sédentarité », a scientifiquement démontré que la promotion de l'activité physique régulière permet de prévenir la sédentarité et le surpoids des jeunes. Ce guide d'aide à l'action a pour objectif d'accompagner les professionnels, dans la mise en place auprès d'enfants et d'adolescents, d'actions de promotion de l'activité physique de type Icaps, en leur permettant ainsi de s'appuyer sur une stratégie efficace. Il propose de nombreuses pistes pour développer des projets permettant d'agir auprès des jeunes et de leur entourage ainsi que sur leur environnement, pour favoriser l'activité physique sous toutes ses formes, au quotidien et pendant les loisirs.





Diffusion :
INPES
42 bd de la Libération - 93203 Saint-Denis Cedex
01 49 33 23 71
edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuit selon disponibilité]

En ligne : www.inpes.sante.fr/nouveautes-editoriales/2011/activite-physiques-jeunes.asp

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Ré-activité... Sédentarité et surpoids

Promouvoir l'activité physique de tous les jeunes

2007

Guide [78 p.]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes (16 à 20 ans) - Professionnels

Conception / Edition : S. Caillet, CRAES-CRIPS Rhône-Alpes, DRDJS Rhône-Alpes

Ce guide ressources régional a été mis en place pour favoriser le développement d'actions de promotion de l'activité physique auprès des jeunes de 10 à 20 ans, sédentaires et en surpoids, en difficulté avec leur corps. Il apporte des regards et réflexions de différents professionnels spécialisés sur cette thématique et des exemples d'expériences positives menées en région Rhône-Alpes par différents types d'acteurs accompagnant des population peu ou pas pratiquantes vers une activité physique régulière, des éléments de méthodologie, des idées et ressources disponibles pour développer et conduire un projet.



Diffusion :

En ligne : http://education-sante-ra.org/publications/2007/actob.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Réflexes Ados Santé

2006

Vidéo [Dvd - 12 mn]

Public(s) : Jeunes (16 à 20 ans)

Conception / Edition : Club Cœur et Santé d'Abbeville, Télé Baie de Somme, DRASS (Direction des affaires sanitaires et sociales) Picardie, Centre Hospitalier d'Abbeville

Construite en sitcom de 3 épisodes, cette vidéo est destinée à promouvoir auprès des lycéens l'activité physique et à prévenir l'obésité. L'idée est d'informer sur les bons comportements à respecter quand on est jeune pour éviter la prise de poids et garder la forme. Le premier épisode « Qu'est-ce qu'on grignote ? », aborde la collation du matin et invite à privilégier les fruits plutôt que les viennoiseries. Le second « Qu'est-ce qu'on mange ? », montre ce que peut être un plateau repas équilibré au self du midi. Le dernier épisode « On se bouge comment ? », met l'accent quant à lui sur la nécessité de pratiquer une activité physique régulière.



Diffusion :
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
53 - 72

1,2,3… Bougez avec Nelly et César !

2013

Répertoire d'activités

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans)

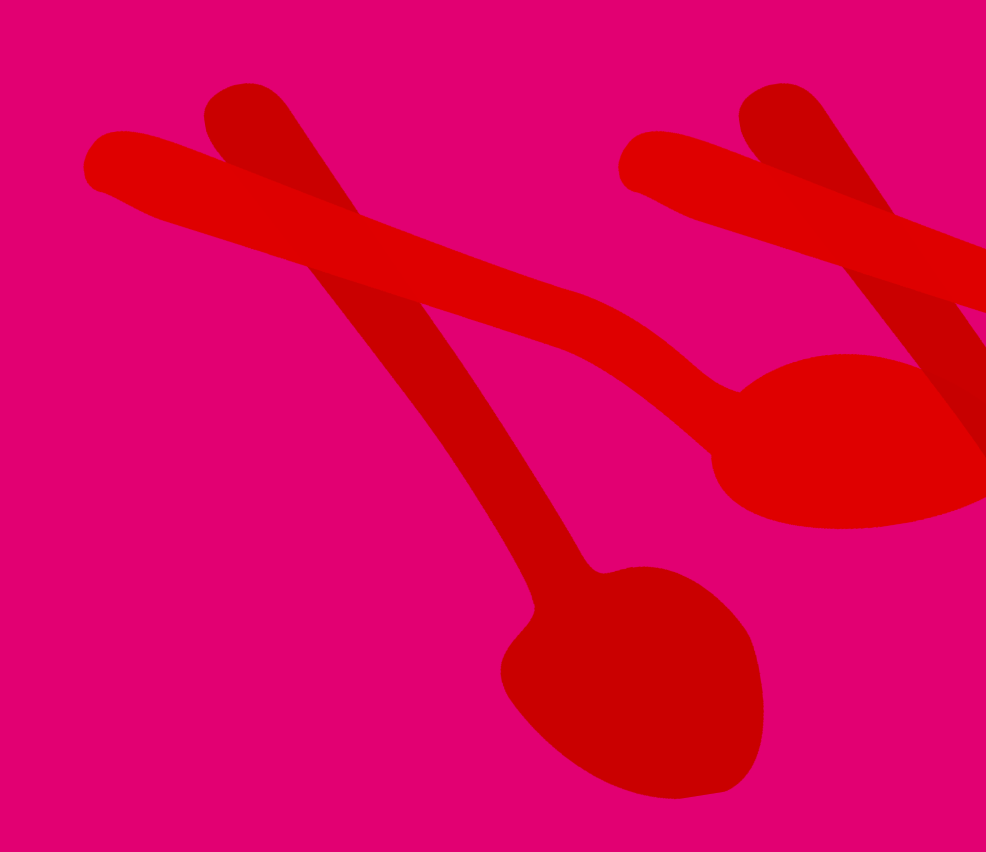
Conception / Edition : Editions Averbode

Cet outil contient des suggestions d'activités pour développer la motricité des enfants d'école maternelle autour de 10 thématiques de la vie courante : l'automne, l'hiver, le printemps, l'été, les animaux, les contes, la fête, les boîtes, les couleurs, la musique. Pour chaque thème, on retrouve 8 fiches plastifiées qui illustrent avec deux petits personnages, Nelly la souris et César le crapaud, divers exercices et mouvements : 4 pour les plus petits, 4 pour les plus grands, avec au verso une proposition pour simplifier l'exercice, une pour le complexifier et des idées pour jouer en groupe. Sont également données des suggestions pédagogiques : objectifs, différenciation, suggestions santé, autres développements possibles…



Diffusion :
Editions Sedrap
9 rue des Frères-Boudé
BP 10665
31106 Toulouse
05 61 43 62 43
info@sedrap.fr
www.sedrap.fr
[65 euros]

Consultation / Prêt
44 - 53 - 85



Fruits et légumes







D

Bingo des fruits et légumes

2010

Jeu

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : A. Cantin, V. Dionne, Editions Passe-Temps



Ce jeu, adapté pour les petits à partir de 3 ans, a pour objectif d'amener l'enfant à reconnaître et à nommer les fruits et les légumes. Il se compose de 10 planches de jeu de bingo (à 4 images au recto, à 9 images au verso) et de 30 cartes-images. 3 jeux sont proposés : un jeu de bingo (loto), un jeu de paires et un jeu de mémoire.



Diffusion :
Mot à Mot
5 rue Dogommier
75012 Paris
01 43 44 07 72
info@mot-a-mot.com
www.mot-a-mot.com
[28 euros]

Consultation / Prêt
72

La boîte à fruits

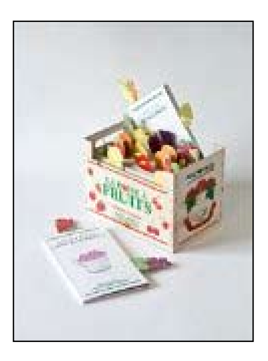
2008

Répertoire d'activités

Public(s) : Tout public

Conception / Edition : C. Quévremont, T. Le Joly Sénoville, Editions Marabout

Ce recueil de 300 recettes de fruits est présenté d'une manière originale dans une boîte façon cageot de fruits. À l'intérieur sont rassemblés 14 livrets, chacun proposant pour deux fruits, une vingtaine de recettes. Cet ouvrage peut être un bon support dans le cadre d'un atelier d'éducation nutritionnelle centré sur la consommation de fruits et de légumes car il contient des recettes aussi bien traditionnelles qu'exotiques. Ill permet de faire découvrir la diversité des fruits et les différentes manières de les cuisiner. Au menu : glace aux fruits secs, riz à l'impératrice, tarte cerise-chocolat, cocktail gambrinus, sablés bananes-épices, croustillants mirabelles, charlotte aux figues, cramique, tarte lime-coco, trifle des îles, pavlova, salade à la marocaine, apple pie, amandine aux poires…



Diffusion :
En librairie
[35 euros]

Consultation / Prêt
49 - 85

La boîte à légumes

2008

Répertoire d'activités

Public(s) : Tout public

Conception / Edition : K. Black, C. Quévremont, J. Reis de Matos, Editions Marabout

Ce recueil de 300 recettes de légumes est présenté d'une manière originale dans une boîte façon cageot de légumes. À l'intérieur, sont rassemblés 15 livrets, chacun proposant deux légumes et 20 recettes. Cet ouvrage peut être un bon support dans le cadre d'un atelier d'éducation nutritionnelle centré sur la consommation de fruits et de légumes car il contient des recettes aussi bien traditionnelles qu'exotiques. Ill permet de faire découvrir la diversité des légumes et les différentes manières de les cuisiner. Au menu : tajine d'artichauts, asperges aux pistaches, flan de poivrons, beignet de chou-fleur au parmesan, terrine de brocolis et avocats, coleslaw fenouils et curry, crumble de céleri confit, courgettes soufflées, trifle petits pois et saumon, panais rôtis au miel…



Diffusion :
En librairie
[35 euros]

Consultation / Prêt
49 - 72 - 85

Croc'futé

Croquez la vie, mangez des fruits !

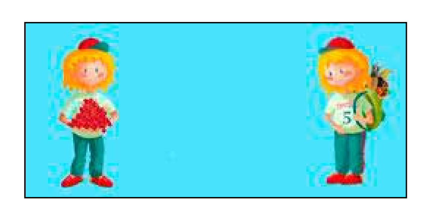
2011

Kit pédagogique

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : CPAM (Caisse primaire d'assurance maladie) Paris

Ce kit rassemble différents éléments du programme « Croc'futé : Croquez la vie, mangez des fruits ! » mis en place dans la région parisienne auprès d'enfants de 3 à 6 ans pour favoriser une alimentation équilibrée et inciter à la pratique d'une activité physique régulière. Au travers de différents supports (des affiches, des contes et comptines, des jeux de cartes, des fiches d'activités pour découvrir les fruits et légumes et pour bouger autour des fruits et légumes…) les enfants découvrent, apprennent à mieux connaître et à apprécier la consommation de fruits et légumes. D'un point de vue pédagogique, ces activités favorisent l'acquisition du langage, l'apprentissage sensoriel, la création et l'imagination, la découverte du monde extérieur.



Diffusion :

En ligne : www.crocfute.com/

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Délice de fruits et de légumes

Livret de recettes

2013

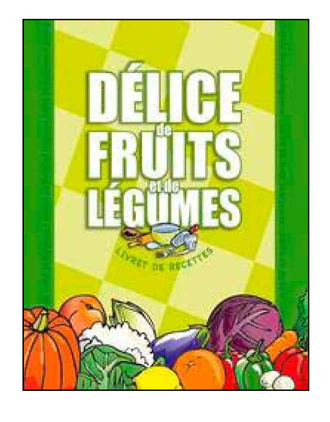
Répertoire d'activités

Public(s) : Adultes - Personnes en situation de précarité

Conception / Edition : IREPS (Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé) Poitou-Charentes



Cet outil de promotion de la consommation de fruits et de légumes s'adresse en priorité aux ateliers cuisine et à toutes structures d'aide alimentaire accueillant des personnes en situation de précarité (seules ou en famille), afin de valoriser les fruits et les légumes dans l'alimentation au quotidien. Il rassemble 93 fiches de recettes à base de fruits et de légumes, réparties en trois catégories (entrée, plat, dessert) et largement illustrées. L'objectif est de donner envie de cuisiner en utilisant des recettes simples, à petits prix, accessibles à tous, pour tous les goûts et pour toutes les saisons.



Diffusion :

En ligne : www.educationsante-pch.org/delice-de-fruits-et-legumes-un-classeur-de-recettes-pour-petit-budget

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

En rang d'oignons

2008

Kit pédagogique

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : CORDES (Coordination Education & Santé) (Belgique)

Destiné aux classes maternelles et primaires, ce kit vise à aider les enseignants à mener auprès d'enfants à partir de 5 ans, des actions sur le thème des fruits et des légumes. L'objectif est d'amener les enfants à s'intéresser davantage à ces aliments, d'éveiller leur curiosité, leur imagination et leur gourmandise. L'outil est composé d'une affiche calendrier illustrée, d'un jeu de cartes et d'un carnet pédagogique. L'affiche calendrier propose sous la forme d'une phrase mystérieuse une idée par semaine de l'année scolaire, en tenant compte des saisons et des fêtes, idée développée dans le carnet pédagogique. Avec des illustrations volontairement fantaisistes pour inviter les enfants à regarder autrement les fruits et légumes, le jeu de cartes sert de support à différents petits jeux. Le carnet pédagogique quant à lui, propose des activités à faire avec la classe, activités qui donnent l'occasion de découvrir, de manipuler, de préparer, de goûter et déguster des aliments tout en développant des savoirs et en exerçant des compétences.



Diffusion :
CORDES
75 av. Maréchal Joffre
1190 Bruxelles (Belgique)
✉ cordes@cordes-asbl.be
🌐 http://cordesasbl.be
[10 euros]

Consultation / Prêt
44 - 85

Le festin enchanté de Cru-Cru

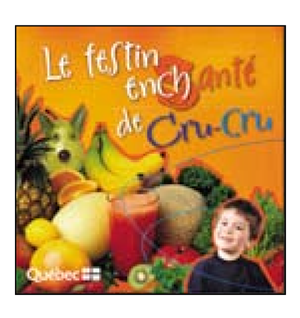
2005

Guide [52 p.]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Parents - Professionnels

Conception / Edition : Ministère de la santé et des services sociaux du Québec

Ce guide s'adresse aux parents (ou aux professionnels travaillant avec des enfants) pour les aider à proposer des goûters ludiques et créatifs à partir de fruits et légumes crus. Il s'agit de réaliser des animaux avec les aliments. Chaque recette est illustrée et détaillée pour être réalisée avec les enfants à partir de 4 ans. Les valeurs nutritionnelles et les bonnes pratiques d'hygiène complètent le guide.



Diffusion :

En ligne : http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2008/08-289-07F.pdf

Consultation / Prêt
44 - 53 - 72

Fruits, légumes et féculents. Mettre fin aux idées reçues

Campagne nutrition 2008

2008

Vidéo [Dvd - 2x30s]

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition : INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé)

Cette vidéo rassemble les deux spots TV réalisés dans le cadre de la campagne « Fruits, légumes et féculents : mettre fin aux idées reçues », conduite en juin 2008. L'objectif est de mettre fin aux idées reçues du grand public et d'apporter des solutions concrètes. Le spot « Au marché » montre ainsi qu'il est tout à fait possible de consommer des fruits et des légumes, frais, en conserves ou surgelés et de bénéficier des mêmes qualités nutritionnelles. Le spot « À la boulangerie » montre quant à lui qu'il existe de nombreux féculents : pain, pommes de terre, pâtes mais également flageolets et riz… que l'on peut facilement consommer à chaque repas.



Diffusion :

En ligne : www.inpes.sante.fr/70000/cp/08/cp080606.asp

Consultation / Prêt
44 - 53 - 72 - 85

Un fruit pour la récré

2009

Programme pédagogique

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Ministère chargé de l'Agriculture, MSA (Mutualité sociale agricole), FranceAgriMer

Cet outil rassemble les différents éléments réalisés dans le cadre de l'opération « Un fruit pour la récré ». Il est prioritairement destiné aux enfants de maternelle et de primaire. L'objectif est de favoriser la connaissance du fruit, d'éveiller le goût des enfants, d'intégrer la notion du bien manger par le plaisir, de solliciter la curiosité et l'appétit par la découverte et le jeu. Parmi les nombreux supports pédagogiques mis à disposition : un guide pour l'intervenant avec des pistes d'animations, un guide pour organiser des sorties scolaires, des fiches descriptives de fruits permettant d'aborder ces produits sous divers angles : origine, culture, goût, recette, intérêts nutritionnels, mais également légendes, anecdotes..., des livrets de jeux « fruités », un Dvd « Vinz et Lou mettent les pieds dans le plat », dessin animé qui aborde avec humour l'alimentation, une édition hors-série du Petit Quotidien « Spécial bien manger »...



Diffusion :

En ligne : http://agriculture.gouv.fr/un-fruit-pour-la-recre

Consultation / Prêt
44 - 53 - 72 - 85

Le journal de classe du potager santé

2011

Répertoire d'activités [88 p.]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : Espace Santé (Belgique)

Cet outil vise à sensibiliser les enfants de 8 à 12 ans à l'importance d'une alimentation riche en fruits et légumes, grâce à la création d'un potager au sein de l'école. Les objectifs sont d'informer sur l'importance des fruits et légumes en lien avec le fonctionnement du corps, d'amener à la découverte des fruits et légumes locaux et de saison et de leurs saveur, de sensibiliser aux liens entre l'alimentation et des thèmes divers tels que le sommeil, l'activité physique, l'eau, l'environnement, la biodiversité… L'outil est composé de 10 cahiers, chacun étant associé à un mois, un fruit ou un légume et à un thème de santé (Janvier… mois de la pomme et du goût, Février… mois de l'oignon et des 5 sens, Mars… mois de l'épinard et de l'activité physique… Les cahiers proposent des activités avec des informations simples, claires et pratiques qui permettent aux enseignant(e)s de démarrer, avec leurs élèves, un potager même si l'école ne possède pas de terrain.



Diffusion :
Espace Santé
Avenue Maurice Destenay, 3
4000 Liège (Belgique)
espace.sante@espacesante.be
www.espacesante.be
[2 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Légumady

2012

Kit pédagogique

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Adultes - Jeunes (16 à 20 ans) - Personnes en situation de précarité

Conception / Edition : AGRI Mer, ANDES (Association nationale de développement des épiceries sociales), INTERFEL (Interprofession des fruits et légumes frais), Ministère chargé de l'agriculture, UNILET (Interprofession des légumes en conserve et surgelés)



Ce kit valorise le plaisir de manger des légumes ainsi que les saveurs d'une alimentation variée en favorisant l'expérimentation, le partage et le lien social. Il se compose d'un kit d'animation sensoriel « Légumady les sens » et d'un jeu de plateau coopératif « Légumady le jeu ». Basé sur une démarche participative, conviviale et ludique, il permet de réaliser des animations sensorielles autour du légume sous toutes ses formes (frais, cru, cuit, préparé, surgelé, en conserve). Il a pour objectifs de faire découvrir ou redécouvrir les légumes à travers les sens et l'imaginaire, d'éveiller la curiosité du participant sur les différentes textures, formes, saveurs et sur les différentes façons de déguster les légumes ; de montrer en quoi les sens participent à la détermination des choix et des actes alimentaires ; et de donner l'envie de cuisiner simplement et de partager.





Diffusion :
Unilet
44 rue d'Alésia
75682 Paris Cedex 14
01 53 91 44 44
contact@unilet.fr
[20 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Légumes et fruits pour bien manger

2006

Jeu

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Fiesta Crafts Ltd

À l'aide de 40 petits signets magnétiques illustrés de fruits et de légumes, ce jeu permet de conduire diverses activités avec des enfants de 5 à 10 ans autour du thème des fruits et des légumes. L'occasion pour les enfants de découvrir la diversité des fruits et des légumes, de savoir les reconnaître, les nommer, de les associer (par couleur, par saison…), d'exprimer leurs goûts, leurs préférences, de savoir d'où ils viennent, comment on peut les cuisiner…



Diffusion :
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
44 - 85

Légumes oubliés d'hier et d'aujourd'hui
et 125 recettes

2011

Répertoire d'activités [141 p.]

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition : K. Paccalet, Y. Paccalet, M. Dantan, Editions Hoëbeke



Illustré, cet ouvrage nous fait redécouvrir les anciens légumes (rutabaga, crosne, panais ...). Chaque légume fait l'objet d'une présentation détaillée : son origine, son histoire, les différentes variétés, ses utilisations possibles et les qualités alimentaires. Chaque présentation est suivie de recettes originales et savoureuses. Cet outil peut être utilisé dans le cadre d'ateliers cuisine, d'une action spécifique sur les légumes.



Diffusion :
En librairie
[30,50 euros]

Consultation / Prêt
49

Le Loto'z des légumes

Non daté

Jeu

Public(s) : Personnes âgées - Personnes en situation de handicap - Tout public

Conception / Edition : Anima'tools (Giovanna & Co)

Destiné à l'origine à un public souffrant de troubles cognitifs, ce jeu de loto des légumes pourra être utilisé avec des personnes âgées ou handicapées, ou avec toute personne en difficulté avec l'écrit. Cet outil peut s'utiliser sous la forme classique du loto mais peut également servir de support pour faire émerger des commentaires, des souvenirs ou connaissances (atelier mémoire par exemple).





Diffusion :
Sarl Passé-Simple
ZA La Plaine du Caire II
21 avenue des Carrières
13830 Roquefort La Bedoule
0820 890 374
www.passe-simple.fr
[61,35 euros]

Consultation / Prêt
72

Mémo photo les fruits et légumes

Non daté

Jeu

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Wesco



Ce mémo composé de 60 cartes (30 paires) permet de travailler la mémoire avec les enfants à partir de 4 ans, tout en développant leur connaissance des fruits et des légumes. Les photographies très réussies donneront envie de connaître et re-connaître toute une variété de fruits et légumes connus ou moins connus.



Diffusion :
Wesco
BP 80184
Route de Cholet
79141 Cerizay Cedex
www.wesco-eshop.com
[16 euros]

Consultation / Prêt
72

Mon panier repas

2009

Répertoire d'activités

Public(s) : Adultes - Personnes en situation de handicap - Personnes en situation de précarité - Professionnels

Conception / Edition : CODES (Comité départemental d'éducation pour la santé) Puy de Dôme

Conçu pour des personnes en difficulté avec l'écrit, cet outil aborde la préparation de plats simples à base de fruits et légumes, afin que ce public accède à une information adaptée à sa situation concernant l'alimentation saine. Très visuel, il offre tout d'abord des fiches qui présentent, à l'aide de dessins simples et facilement reconnaissables, les différents fruits et légumes de saison, les ustensiles de cuisine, les épices, les aromates… et proposent des idées de recettes faciles et économiques à réaliser. Ces fiches peuvent servir de support à différents types d'activités : atelier découverte (fruits et légumes, aromates, épices), atelier cuisine (réalisation d'un plat, d'un repas équilibré à partager), atelier achats (organisation pour réaliser ses courses, choix des produits, décryptage des étiquettes)… Un guide d'utilisation offre des éléments méthodologiques sur l'éducation alimentaire et des fiches ressources. Un cédérom permet aux intervenants d'imprimer les différents éléments de l'outil.



Diffusion :
J'Imprime
10 rue Eugène Renaux
63800 Cournon d'Auvergne
📞 04 73 69 42 34
[49 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Patate

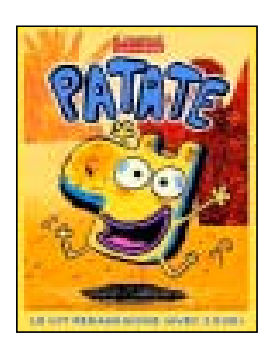
Non daté

Vidéo [Dvd - 59 + 53 mn]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : S. Vincendeau, C. Barras, I. Favez, D. Louche-Pelissier, B. Chieux, Folimage

Destiné aux enfants à partir de 3 ans, ce Dvd comprend notamment un film d'animation, « Patate et le jardin potager », qui évoque le monde des légumes et du jardin. Ce film permet de décliner tout un ensemble de discussions et d'activités autour de la place des légumes dans l'alimentation. Un dossier pédagogique propose des pistes d'exploitation du film.



Diffusion :
Folimage
La Cartoucherie
Rue de Chony
26500 Bourg Les Valence
☎ 04 75 78 48 68
✉ contact@folimage.fr
🌐 www.folimage.com
[21,53 euros]

Consultation / Prêt
72

Plaisir et vitamines : fruits et légumes

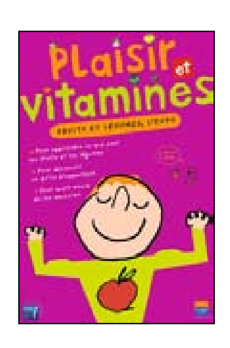
2010

Exposition [14 panneaux - 42x30 cm]

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : La Ligue contre le cancer

Cette exposition fait partie d'un programme d'éducation à la santé destiné aux enfants des écoles élémentaires. L'objectif est d'encourager notamment la consommation de fruits et légumes. L'exposition est constituée de 14 panneaux qui invitent les enfants, à l'aide d'un graphisme dynamique et coloré, à découvrir les fruits et légumes : Qu'est-ce que c'est, comment ils poussent, leurs saisons, leur histoire, pourquoi il faut en manger et le plaisir d'en manger. Afin d'inciter les enfants à lire attentivement les panneaux, un livret de jeux accompagne l'exposition. Il aborde les différentes thématiques et invite les élèves à retrouver de manière ludique les informations contenues sur les panneaux. L'outil propose aussi un cahier de liaison pour sensibiliser les familles et une liste d'albums pour les enfants sur la thématique des fruits et légumes pour enrichir et compléter l'exposition.



Diffusion :

En ligne : www.plaisiretvitamines.org/

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Puzzles souples le jardin
Les fruits - Les légumes

Non daté

Jeu

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Wesco



Ces puzzles souples sont composés de quatre pièces à assembler pour reconstituer un fruit ou un légume. Au fond du puzzle figure une photo de l'intérieur du fruit ou du légume à reconstituer. Cet outil constitue un excellent moyen pour enrichir le vocabulaire de l'enfant qui découvre et décrit le fruit ou le légume. Il peut être utilisé avec des enfants à partir de 2 ans et pourra par exemple s'inscrire dans un travail autour des 5 sens ou de l'équilibre alimentaire.



Diffusion :
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
72

Que faire de simple aujourd'hui avec les fruits frais

Livret de recettes

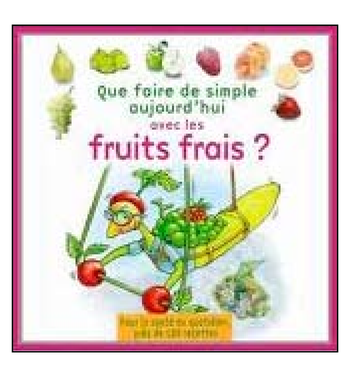
2009

Répertoirel d'activités [88 p.]

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition A. Delaval, A. Weislo, Editions Chronoprint

Ce livre de cuisine présente près de cent recettes faciles à réaliser avec des fruits frais courants. Pour chacun d'eux des précisions sont apportées : l'origine et la production, la qualité nutritionnelle, les bénéfices pour la santé, la période de consommation et le mode de conservation. Abondamment illustré, cet ouvrage peut être un bon support dans le cadre d'un atelier d'éducation nutritionnelle centré sur la consommation de fruits et de légumes car il contient des recettes simples et économiques à réaliser et permet de découvrir la diversité de ces aliments.



Diffusion :
Éditions Chronoprint
51 rue du Dronckaert
59960 Neuville en Ferrain
03 20 13 09 86
chrono-print@wanadoo.fr
www.leslegumesfrais.fr
[15 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Que faire de simple aujourd'hui avec les légumes frais

Livret de recettes

2007

Répertoire d'activités [88 p.]

Public(s) : Adultes - Tout public

Conception / Edition A. Delaval, A. Weislo, Editions Chronoprint



Ce livre de cuisine présente près de cent recettes faciles à réaliser avec des légumes frais courants. Pour chacun d'eux des précisions sont apportées : l'origine et la production, la qualité nutritionnelle, les bénéfices pour la santé, la période de consommation et le mode de conservation. Abondamment illustré, cet ouvrage peut être un bon support dans le cadre d'un atelier d'éducation nutritionnelle centré sur la consommation de fruits et de légumes car il contient des recettes simples et économiques à réaliser et permet de découvrir la diversité de ces aliments.



Diffusion :
Editions Chronoprint
51 rue du Dronckaert
59960 Neuville en Ferrain
03 20 13 09 86
chrono-print@wanadoo.fr
www.leslegumesfrais.fr
[15 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

La révolte des légumes

2009

Kit pédagogique

Public(s) : Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : Laisse Ton Empreinte

Ce cahier pédagogique et interactif individuel, est destiné à aborder avec des enfants de 6 à 12 ans l'alimentation, plus particulièrement la consommation de fruits et légumes, en invitant le jeune lecteur à se lancer des petits défis pour manger plus de fruits et légumes. Le cahier est organisé en deux grandes parties. Dans la première, sous la forme d'une petite bande dessinée, des légumes interpellent le jeune lecteur pour lui faire part avec humour de leur mécontentement : ils se sentent mal aimés et le font savoir ! Dans la seconde partie, les enfants sont invités à lister les fruits et légumes qu'ils aiment, ceux qu'ils tolèrent, ceux qu'ils détestent. À partir de leurs réponses, ils ont à relever quelques petits défis, notamment en famille durant les vacances scolaires : choisir des fruits et légumes à découvrir parmi ceux qu'ils tolèrent ou détestent, imaginer des recettes pour les préparer…



Diffusion :
Laisse Ton Empreinte
85 rue Masséna
59800 Lille
03 20 30 86 56 / 06 15 87 96 85
contact@laissetonempreinte.fr
www.laissetonempreinte.fr
[Cet outil n'est plus diffusé]

135

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72

Savez-vous goûter... les choux ?

Recettes, secrets et vertus

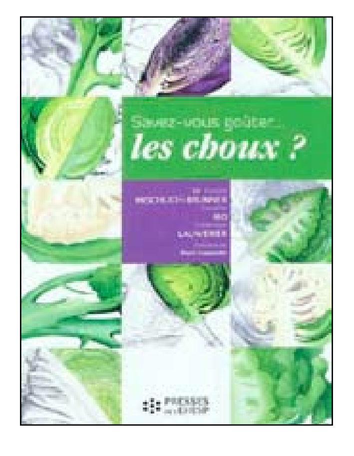
2009

Programme pédagogique [94 p.]

Public(s) : Tout public

Conception / Edition : D. Mischlich, C. Rio, F. Lauwerier, Editions Presses de l'EHESP

On trouvera dans cet ouvrage pas moins de 40 recettes pour accommoder 8 variétés de choux, crus ou cuits, de quoi satisfaire tous les appétits ! On y trouvera aussi, distillées de manière ludique ou anecdotique, de précieuses informations sur l'histoire de ce légume, ses vertus nutritionnelles, sa production, sa place dans notre langue et jusque dans notre littérature. « Savez-vous goûter… les choux ? » inaugure une collection consacrée aux fruits et légumes. Son ambition est de donner envie de les déguster grâce à des recettes simples, originales et bon marché.



Diffusion :
En librairie
[14 euros]

Consultation / Prêt
85



Alimentation responsable et durable



E

L'alimentation en classe, l'environnement au menu

2009

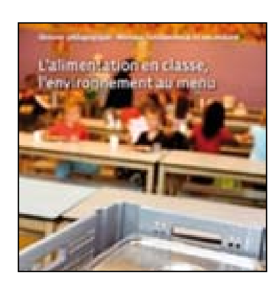
Répertoire d'activités [52 p.]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes (16 à 20 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Professionnels

Conception / Edition : V. de la Renaudie, A. Versailles, Bruxelles environnement



Cet outil a été conçu pour aborder en classe, avec des élèves de 5 à 18 ans, une réflexion sur la façon dont nos choix alimentaires ont un impact sur l'environnement. Les quatre filières des céréales, de la viande, des légumes et des sucres sont l'occasion de réfléchir à l'impact et aux enjeux de la production, du transport, de la distribution, de la conservation, de la consommation, des déchets… et de voir comment on peut agir au quotidien. Des pistes et activités pédagogiques sont proposées sous forme de fiches. Ces activités sont modulables selon le temps dont dispose l'intervenant, la matière enseignée et l'âge des élèves et sont développées selon une démarche en quatre étapes : comprendre, s'engager individuellement, agir et évaluer.



Diffusion :

En ligne : http://documentation.bruxellesenvironnement.be/documents/Dossier_Ped._Alimentation_Ecoles_Fr.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72

Alimentation et environnement

100 conseils pour se régaler en respectant l'environnement et sa santé

2013

Guide [44 p.]

Public(s) : Professionnels - Tout public

Conception / Edition : Bruxelles environnement

Cette brochure propose quelques 100 conseils pratiques liés à l'alimentation quotidienne : le choix des aliments, leur conservation et leur préparation afin de les utiliser au mieux et la gestion des déchets dans une perspective de préservation de l'environnement. L'objectif de ces conseils est de permettre à chacun de combiner plaisir de bien manger, alimentation saine et équilibrée et respect de l'environnement dans une perspective de développement durable : consommation responsable, locale et de saison.



Diffusion :

En ligne : http://documentation.bruxellesenvironnement.be/documents/BRO_100_conseilsAlimentation_FR.PDF

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

L'alimentation qu'en dites-vous ? L'achat et les tentations

2008

Guide [32 p. et 56 p.]

Public(s) : Adultes - Personnes en situation de précarité - Professionnels - Tout public

Conception / Edition : Cultures et Santé (Belgique)



Cette production est construite autour d'un livret version tout public et d'un livret pour les professionnels autour des thèmes plus particuliers que sont les pratiques d'achat alimentaire et la résistance aux multiples tentations d'achat. Le livret tout public est un recueil de paroles afin de restituer et valoriser les savoirs des gens sur ces questions et permettre de renvoyer chacun à ses propres connaissances. Le livret pour les professionnels, plus particulièrement à ceux travaillant avec un public fragilisé, livre des informations pour aborder la thématique de manière globale et l'exploiter en animations avec des adultes.



Diffusion :

En ligne :

Version tout public : www.cultures-sante.be/nos-outils/education-permanente/avant-2011/210-lalimentation-quen-dites-vous-lachat-et-les-tentations-version-tout-public.html

Version professionnels : www.cultures-sante.be/catalogue/item/18-lalimentation-quen-dites-vous?-lachat-et-les-tentations-version-pour-professionnels.html

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

L'alimentation responsable

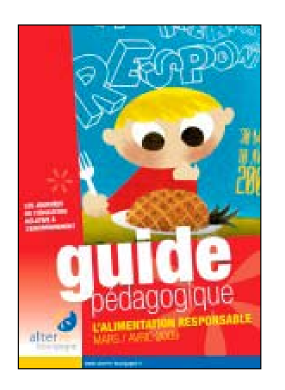
2009

Guide [35 p. + fiches pédagogiques]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes (16 à 20 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : Alterre Bourgogne

Ce guide a pour objectifs d'aider à susciter, dans les structures éducatives et établissements scolaires de la maternelle au lycée, des projets pédagogiques et d'apporter des connaissances, pistes d'activités et ressources sur l'alimentation responsable. Il est organisé en deux parties : des apports de connaissances et des fiches d'activités. Ces fiches proposent des jeux, des expérimentations, des enquêtes… autour de thèmes variés : représentations de l'alimentation, quelles couleurs nous donnent envie de manger, reconnaissance des odeurs, les différentes saveurs, écriture et nourriture, le repas, les plats du monde, histoire de l'alimentation, enquête sur mon plateau à la cantine, je m'en vais au marché, la jungle des logos, Eco-labels, emballage et aliment, d'où viennent les produits de mon petit déjeuner…



Diffusion :

En ligne : www.alterre-bourgogne.org/arkotheque/client/alterre_bourgogne/ressources/detail_ressource.php?ref=532&titre=l-alimentation-responsable

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72

Alimentation responsable dans ton RU

Guide méthodologique

2009

Guide [140 p.]

Public(s) : Jeunes (16 à 20 ans) - Professionnels

Conception / Edition : REFEDD (Réseau français des étudiants pour le développement durable)



Ce guide a été réalisé pour accompagner les étudiants et gestionnaires souhaitant impulser une dynamique d'alimentation plus responsable dans leurs restaurants universitaires. Ces projets peuvent s'inscrire dans différents domaines : la mise en place de repas sans viande, l'intégration de produits bio/locaux, la réduction du gaspillage alimentaire… Mais ils peuvent aussi bien commencer par une action plus simple (suppression de couverts en plastique, limitation de la quantité de pains par personne…) qui impulsera une dynamique. Le guide est organisé en grands chapitres : Comprendre les enjeux ; Identifier le cadre ; Réaliser un diagnostic ; Préliminaires au projet ; Montage du projet ; Mise en oeuvre de la démarche ; Démarche d'amélioration continue ; Retours d'expériences.





Diffusion :

http://refedd.org

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72

Atelier cuisine et alimentation durable

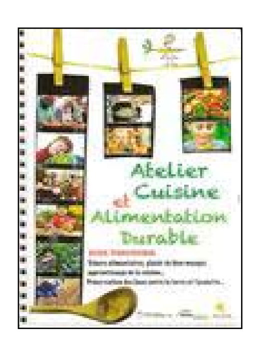
2010

Guide [57 p.]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Adultes - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes (16 à 20 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Personnes en situation de précarité - Professionnels

Conception / Edition : C. Porcheron, Anis étoilé

Ce guide s'adresse aux professionnels désireux de mettre en place un atelier cuisine, soit auprès d'enfants, de jeunes ou d'adultes, notamment les bénéficiaires de l'aide alimentaire. L'objectif est d'apporter des éléments méthodologiques et pratiques pour la mise en place des ateliers, mais aussi pour les orienter au-delà des seuls aspects relatifs à la santé ou au plaisir et promouvoir une alimentation plus durable. Il offre ainsi des repères pour préciser le déroulement et les différentes étapes à envisager, pour proposer un atelier dans de bonnes conditions (sécurité, hygiène, matériel, ambiance), pour créer un atelier intéressant et constructif (recettes, dynamique de groupe, valorisation des préparations et dégustation), ainsi que des fiches récapitulatives par tranche d'âge pour l'organisation d'un atelier.



Diffusion :

En ligne : http://draaf.auvergne.agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/20110615GUIDE_2010_BDF_cle01625c.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Cuisiner les jardins

2013

Guide [76 p.]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Jeunes (16 à 20 ans) - Personnes en situation de handicap - Personnes en situation de précarité - Professionnels - Tout public

Conception / Edition : ANIS Etoilé, CREE (Collectif Régional d'Education à l'Environnement et au Développement Durable Auvergne) Auvergne, DRAAF (Direction régionale de l'alimentation de l'agriculture et de la forêt d'Auvergne) Auvergne



Ce guide encourage auprès de tous les publics la mise en place d'ateliers associant le jardin et la cuisine, dans un objectif d'éducation au développement durable, d'éducation nutritionnelle et d'éducation au goût. Il présente les enjeux et intérêts de projets pédagogiques associant jardin et cuisine, offre des fiches conseils et animations avec des pistes d'activités (prévenir le gaspillage alimentaire, cuisiner les produits de saison, favoriser l'équilibre alimentaire, repenser ses modes de consommation, développer une approche sensorielle, cultiver des fruits et des légumes, découvrir les plantes aromatiques, la cuisine florale…) et donne des repères pour la mise en place du projet.



Diffusion :
DRAAF Auvergne
BP 45 - 16B rue Aimé Rudel
63370 Lempdes
04 73 42 14 14
http://draaf.auvergne.agriculture.gouv.fr
[Gratuit selon disponibilité]

En ligne : http://draaf.auvergne.agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/Cuisiner_les_jardins_CREEA_76_pages_26_x18_06_oct_cle811bf8.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85 - 72

Gaspillage alimentaire
Guide de sensibilisation

2013

Guide [96 p.]

Public(s) : Jeunes (16 à 20 ans) - Professionnels

Conception / Edition : REFEDD (Réseau français des étudiants pour le développement durable)

Ce guide vise à servir de support aux étudiants qui veulent se renseigner, sensibiliser et mettre en place des projets de réduction des déchets au sein de leur établissement d'enseignement supérieur. Il fait le point sur la situation du gaspillage alimentaire dans les foyers, la distribution, la restauration collective, et sur les grands enjeux de la thématique. Il aborde les pistes de solutions et les idées d'actions concrètes sur les moyens de réduire le gaspillage, mieux acheter, stocker, conserver, cuisiner les restes, trouver une deuxième vie aux produits périmés… Il propose aussi des méthodes pour agir au sein de son campus.



Diffusion :
http://refedd.org

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72

Guide de la restauration collective responsable

À l'attention des collectivités et des entreprises

2012

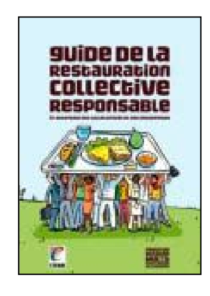
Guide [71 p.]

Public(s) : Professionnels

Conception / Edition : Fondation Nicolas Hulot pour la nature et l'homme, FNCIVAM (Fédération nationale des centres d'initiatives pour valoriser l'agriculture et le milieu rural)



Composé de 12 fiches thématiques, ce guide est un outil pratique qui propose des pistes et des ressources pour accompagner élus et entreprises dans la mise en place d'une restauration collective responsable. Une démarche de restauration dite « responsable » respecte trois règles d'or : qualité, proximité et saisonnalité pour gérer son assiette autrement et favoriser la restauration de la fertilité des sols, relocaliser les systèmes alimentaires - de la production à la consommation - former au goût et à la qualité, préserver la santé, et sécuriser les débouchés pour les agriculteurs locaux. La restauration collective responsable intègre par ailleurs une dimension importante : l'implication dynamique de tous les acteurs du territoire dans le projet de restauration collective, des convives aux agriculteurs, en passant par les élus et les associations environnementales…



Diffusion :

En ligne : www.fondation-nicolas-hulot.org/sites/default/files/pdf/publications/guide_rcr_fnh2010.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72

Guide des produits de saison

Achetez malin, mangez sain

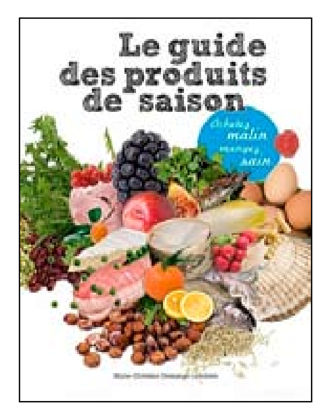
2010

Guide [207 p.]

Public(s) : Professionnels - Tout public

Conception / Edition : M.C. Domange-Lefebvre, Editions Bottin Gourmand

Destiné à un large public, et utile aux professionnels intervenant en éducation nutritionnelle, ce guide présente 170 produits issus des régions françaises : fruits, légumes, viandes, poissons, fromages… Les produits sont classés par saison et présentés de façon complète à l'aide d'une fiche descriptive qui raconte leur histoire, décline les différentes variétés et explique comment les conserver, donne des conseils d'achats, des astuces du chef, les règlementations officielles et des anecdotes originales.



Diffusion :
En librairie
[10,14 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

Jardin des couleurs

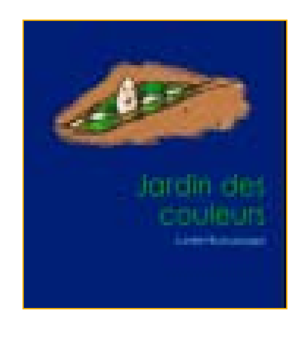
2011

Programme pédagogique [75 p.]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans) - Professionnels

Conception / Edition : F.-X. Istasse, Le Début des Haricots (Belgique)

Ce cahier a été réalisé dans le cadre d'un programme pédagogique « Jardin des couleurs » qui vise à sensibiliser les enfants et les adolescents en milieu scolaire par un cycle d'animations autour de la création et l'entretien d'un jardin potager biologique. Si le cahier s'adresse prioritairement aux enseignants et établissements partenaires de ce programme, il pourra cependant apporter une aide et des pistes aux professionnels qui souhaiteraient se lancer dans un tel projet. L'alimentation durable y est abordée dans sa globalité avec des thèmes liés à la botanique et au jardinage mais aussi des thèmes davantage liés à l'environnement et à la santé. Le cahier apporte des informations sur ces différents thèmes, un descriptif des animations qui peuvent être conduites « hors potager classées et des ressources pédagogiques complémentaires.



Diffusion :
Le Début des Haricots
Rue Van Elewyck 35
1050 - Bruxelles (Belgique)
✉ francois@haricots.org
www.haricots.org

En ligne : www.haricots.org/node/744

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Le jeu de la ficelle

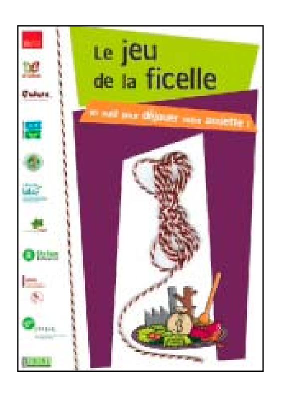
2009

Jeu

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Adultes - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes (16 à 20 ans)

Conception / Edition : D. Cauchy, Quinoa, Rencontre des continents, Solidarité Socialiste (Belgique)

Destiné à un large public (enfants à partir de 10 ans, élèves du secondaire, étudiants, adultes…), ce jeu de la ficelle est un outil qui permet, à partir de la thématique de l'alimentation, de visualiser et de modéliser les liens entre notre consommation alimentaire, les éléments qui déterminent notre mode de consommation et les impacts de nos choix de consommation. Ces liens sont représentés par une ficelle reliant les différents acteurs en implication. L'outil comprend un classeur pratique offrant différents supports pour animer le jeu, des ressources complémentaires, un carnet pédagogique qui propose des pistes pour penser autrement notre rapport au monde et ouvrir des perspectives d'actions alternatives au modèle de société actuel.



Diffusion :

En ligne : www.quinoa.be/je-minforme-3/outils-pedagogiques/jeu-de-la-ficelle/

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Kit Popote

2013

Kit pédagogique

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Adultes - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes (16 à 20 ans) - Personnes en situation de précarité

Conception / Edition : Le Vent Tourne



Ce kit permet de sensibiliser les enfants à partir de 10 ans, les jeunes, les adultes, les familles, les personnes en situation de précarité… aux notions de gaspillage alimentaire, d'inventivité culinaire et de saisonnalité. Il est construit autour de divers supports issus du dispositif http://la-kolok.com : le jeu de société « Popote minute » dont l'objectif est de préparer le plus rapidement possible un repas équilibré pour les habitants d'un appartement en respectant leurs goûts culinaires et la saison ; un Dvd de l'épisode « Popote chef » pour aborder de manière humoristique la question de l'alimentation et du gaspillage alimentaire à travers l'histoire de jeunes colocataires qui doivent préparer un repas complet, rapide et pas cher pour dix personnes en utilisant des restes et des légumes de saison… ; un livret pédagogique pour aider l'intervenant à exploiter les différents supports ; un livret qui retrace le contexte du projet et présente les différents supports.





Diffusion :
Le Vent Tourne
La Ruche - 84 quai de Jemmapes
75010 Paris
06 15 16 10 02
contact@le-vent-tourne.com
www.le-vent-tourne.com
[180,60 euros + frais de port]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Des menus responsables dans votre restaurant universitaire

Une démarche progressive et participative

2012

Guide [28 p.]

Public(s) : Jeunes (16 à 20 ans) - Professionnels

Conception / Edition : REFEDD (Réseau français des étudiants pour le développement durable)

Ce guide est destiné à sensibiliser les gestionnaires de Restaurants Universitaires à la mise en place d'un mode de fonctionnement favorisant une alimentation responsable. Dans une première partie, il présente les enjeux d'une alimentation responsable. Dans la seconde, il propose des fiches actions sur lesquelles les gestionnaires peuvent s'appuyer pour engager leur démarche : mesure du gaspillage alimentaire, sondage des convives, repas de saison, repas sans viande ou végétarien, intégration de produit bio, locaux… Il se termine enfin par des retours d'expériences de restaurants universitaires déjà engagés dans cette démarche pour confirmer la faisabilité de telles actions et par des exemples de supports pour communiquer autour ces actions.



Diffusion :

En ligne :
http://refedd.org/wp-content/uploads/2013/10/brochure-alimentaire_phase2_web.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72

Nos bonnes recettes pour la planète

Imaginées, testées et appréciées par les jeunes !

2013

Répertoire d'activités [78 p.]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes (16 à 20 ans) - Parents - Professionnels - Tout public

Conception / Edition : C. de Roof, GoodPlanet Belgium



L'objectif de ce livre est de sensibiliser à l'alimentation durable en proposant une cuisine écologique, saine et savoureuse. Il s'adresse à tous et, plus particulièrement, aux adultes - parents, enseignants, animateurs, cuisiniers d'école - en contact régulier avec des jeunes et des enfants, à qui ils pourront initier une façon de manger respectueuse de l'homme et de la nature. Il propose une vingtaine de plats salés et sucrés qui mettent à l'honneur les légumes et fruits d'hiver, les produits locaux et faits maison, les recettes ayant été imaginées, cuisinées et testées par des jeunes entre 10 et 18 ans.



Diffusion :

En ligne : www.biendanssonassiette.be/livre-recettes.html

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 85

Nutri-médias

2012

Support multimédia [Clé USB]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans) - Parents - Professionnels

Conception / Edition : UNAF (Union nationale des associations familiales)

Destiné aux associations familiales, écoles, associations de parents…, cet outil vise à faciliter le développement d'actions de sensibilisation et de formation sur les liens existant entre médias et alimentation, en se focalisant sur un aspect particulier : l'impact que peuvent avoir les médias sur les habitudes alimentaires des enfants (7 à 14 ans). L'objectif est de stimuler la réflexion, d'inciter les parents à accompagner leurs enfants devant les écrans, la presse écrite, les affichages urbains…, de favoriser le développement du sens critique des enfants en dévoilant les mécanismes et techniques marketing utilisés pour influencer les habitudes alimentaires. La clé USB contient un document de présentation de 40 diapositives et un guide de l'animateur.



Diffusion :
UNAF - ECO
Pôle Consommation économie et emploi
28 place St Georges
75009 Paris
01 49 95 36 00
www.unaf.fr
[15 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Le petit guide vert de la bio-alimentation

2011

Guide [16 p.]

Public(s) : Professionnels - Tout public

Conception / Edition : ASEF (Association environnement France)



« Puis-je utiliser mon micro-ondes pour cuire mes aliments ? », « Le non-Bio local est-il préférable au Bio venu du bout du monde ? », « Quelles viandes privilégier pour sa santé ? », « Quels aliments puis-je composter ? »… Voilà quelques-unes des questions auxquelles répond le « Petit guide vert de la bio-alimentation ». L'objectif : montrer que chacun de nous peut adopter une alimentation respectant à la fois sa santé et l'environnement.



Diffusion :

En ligne : www.asef-asso.fr/attachments/1059_guidedelabioalimentationbd.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72

Des slogans dans nos assiettes

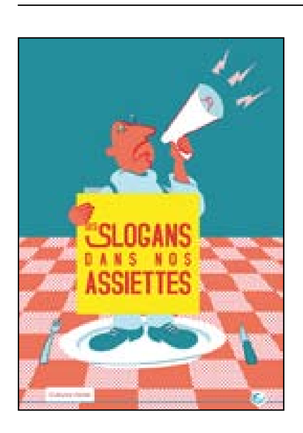
2011

Kit pédagogique

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Adultes - Jeunes (16 à 20 ans) - Personnes en situation de précarité - Tout public

Conception / Edition : Cultures et Santé (Belgique)

Destiné aux professionnels des champs de la culture, du social, de l'insertion, cet outil permet d'amener les participants à poser un regard critique sur les publicités alimentaires et particulièrement celles utilisant des arguments santé pour séduire le consommateur. Il se compose d'un ensemble de planches illustrées destinées à susciter l'expression et la participation, ainsi que d'un manuel d'accompagnement à destination des professionnels qui comprend un volet « Repères théoriques » et un volet « Repères pour l'animation ». En vue de faciliter l'appropriation de l'outil, chaque paragraphe du volet « Repères théoriques » est associé à une des étapes de l'animation proposée et à une planche illustrée.



Diffusion :

En ligne : www.cultures-sante.be/nos-outils/education-permanente/2011/des-slogans-dans-nos-assiettes.html

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

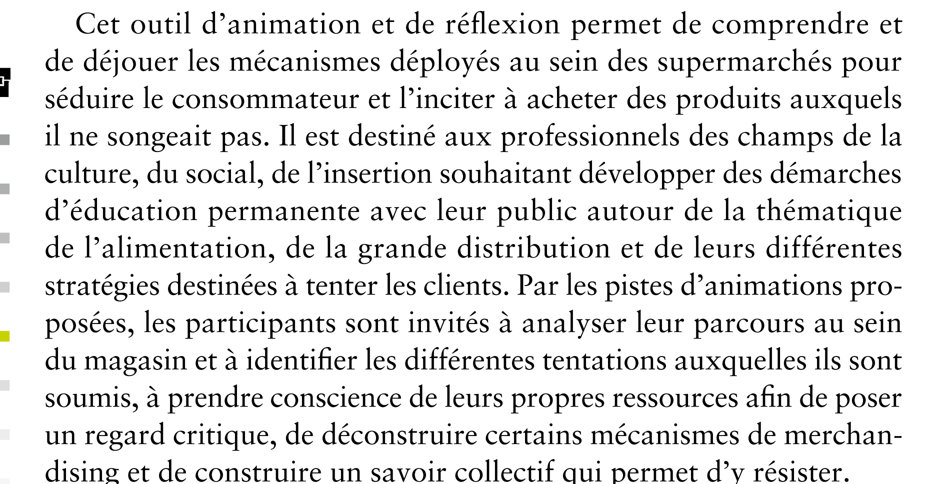
Tentations en rayons

2012

Kit pédagogique

Public(s) : Adultes - Jeunes (16 à 20 ans) - Personnes en situation de précarité - Professionnels

Conception / Edition : Cultures et Santé, Fédération Wallonie-Bruxelles



Cet outil d'animation et de réflexion permet de comprendre et de déjouer les mécanismes déployés au sein des supermarchés pour séduire le consommateur et l'inciter à acheter des produits auxquels il ne songeait pas. Il est destiné aux professionnels des champs de la culture, du social, de l'insertion souhaitant développer des démarches d'éducation permanente avec leur public autour de la thématique de l'alimentation, de la grande distribution et de leurs différentes stratégies destinées à tenter les clients. Par les pistes d'animations proposées, les participants sont invités à analyser leur parcours au sein du magasin et à identifier les différentes tentations auxquelles ils sont soumis, à prendre conscience de leurs propres ressources afin de poser un regard critique, de déconstruire certains mécanismes de merchandising et de construire un savoir collectif qui permet d'y résister.



Diffusion :

En ligne : www.cultures-sante.be/nos-outils/education-permanente/2012/tentations-en-rayons.html

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Alimentation et petit budget



F

Alimentation atout prix

Guide de formation et d'intervention

2005

Guide [164 p.]

Public(s) : Personnes en situation de précarité - Professionnels

Conception / Edition : INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé)

Cet outil d'intervention et de formation en éducation nutritionnelle, est destiné aux professionnels et aux bénévoles au contact des personnes en situation de précarité. L'objectif est de promouvoir une alimentation favorable à la santé, plaisante, accessible et vectrice de lien social. Il aborde un champ élargi de problématiques : rythmes de vie, hygiène, dépendances, loisirs, mais aussi confiance en soi, initiatives, esprit critique, convivialité. Il est construit autour des thèmes de l'éthique en éducation nutritionnelle auprès des personnes en situation de précarité et des trois grands axes de l'acte alimentaire : acheter, préparer et manger. Chaque chapitre est composé de 4 types de fiches qui constituent une progression : s'interroger, comprendre, apprendre, construire. Pour chaque type de fiche, on retrouve des pages de référence pour l'animateur, des transparents pédagogiques, le descriptif des transparents (présentation pédagogique et mode d'emploi).



Diffusion :
INPES
42 bd de la Libération - 93203 Saint-Denis Cedex
01 49 33 23 71
edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuit selon disponibilité]

En ligne : www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/498.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Alimentation et insertion

Calendriers Tous à table et guide d'accompagnement

2009-2014

Kit pédagogique

Public(s) : Personnes en situation de précarité - Professionnels

Conception / Edition : Ministère chargé de la santé

Cet outil rassemble les dernières éditions des calendriers « Tous à table ! » et le guide d'accompagnement, réalisés dans le cadre du programme « Alimentation et insertion ». Il est destiné à toutes les personnes intervenant dans l'aide alimentaire, et constitue un support de formation, d'animation de groupes ou d'ateliers… L'objectif est de promouvoir une alimentation favorable à la santé, agréable, accessible et porteuse de lien social. Le guide fournit des informations pour optimiser les compétences et savoirs, mais surtout il propose des pistes d'action pour faciliter l'échange avec les personnes accueillies et les aider à mettre en pratique les recommandations. Les calendriers reprennent chaque mois des informations, conseils pratiques et astuces autour d'une recette.



Diffusion :
ARS (Agence régionale de santé)
Délégation territoriale de chaque département

En ligne : www.sante.gouv.fr/alimentation-et-insertion-guide-d-accompagnement-du-calendrier-tous-a-table,7825.html

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Les ateliers cuisine par le menu

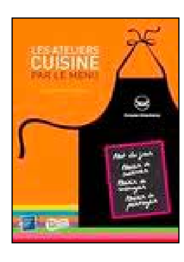
2011

Guide [96 p.]

Public(s) : Personnes en situation de précarité - Professionnels - Tout public

Conception / Edition : Banque alimentaire de l'Hérault, Fédération française des banques alimentaires, IREPS (Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé) Languedoc-Roussillon

Ce guide vise à soutenir la création d'ateliers cuisine avec des publics en situation de précarité. Visuellement très agréable et bien illustré, il permet de faciliter l'élaboration, la mise en œuvre et l'évaluation d'un atelier. Il comporte 4 parties : Conception et mise en place d'ateliers cuisine, Organisation technique, Déroulement, Documents ressources. Des témoignages d'animateurs et de participants viennent ponctuer le guide qui se termine par une bibliographie et un glossaire.



Diffusion :
Fédération française des Banques Alimentaires
15 rue du Val de Marne
94257 Gentilly Cedex
01 49 08 04 70
ffba.relations.associations@banquealimentaire.org
www.banquealimentaire.org

En ligne : www.banquealimentaire.org/sites/default/files/guide_pratique_16mars_bat_2.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Document cadre pour la mise en œuvre d'ateliers cuisine

Auprès de publics en précarité en Haute-Normandie

2013

Guide [20 p. + Fiches]

Public(s) : Personnes en situation de précarité - Professionnels

Conception / Edition : IREPS (Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé) Haute-Normandie

Ce document est le fruit de l'analyse des pratiques de terrain, actuelles et locales, conjuguées à une analyse des études et des articles sur la question, et ce, en croisant la place des trois acteurs incontournables de ce type d'action : les personnes précaires bénéficiaires des ateliers ; les porteurs et animateurs impliqués dans les ateliers ; les institutionnels soutenant ces ateliers. Il définit des repères et des critères pour développer des ateliers-cuisine et s'adresse à tous les acteurs qui s'intéressent aux ateliers-cuisine destinés aux publics démunis : les acteurs des structures de terrain qui construisent et animent ces ateliers (associations, CCAS, centre sociaux…), les institutionnels et politiques qui décident, soutiennent ou financent ce type d'action. Il peut-être utilisé à différentes étapes du projet : à la réflexion et à l'élaboration de l'action, pour la réponse à des appels à projet, au bilan et à l'évaluation de projet.



Diffusion :

En ligne : http://resodochn.typepad.fr/nutrition/2013/02/document-cadre-pour-la-mise-en-%C5%93uvre-dateliers-cuisine-aupr%C3%A8s-de-publics-en-pr%C3%A9carit%C3%A9-en-haute-norma.html

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72

Fruits et légumes pour tous

Recueil d'expériences favorisant l'approvisionnement et la consommation de fruits et légumes des bénéficiaires de l'aide alimentaire

2013

Guide [62 p.]

Public(s) : Personnes en situation de précarité - Professionnels

Conception / Edition : G. Le Bihan, C. Rhichard, M. Kieffer, IREPS (Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé) Languedoc-Roussillon



Le projet expérimental à l'origine de ce document et initié en Languedoc-Roussillon, a pour objectif d'améliorer la consommation de fruits et légumes par les bénéficiaires de l'aide alimentaire. Ce document conçu comme un petit guide d'aide à l'action, s'adresse donc aux acteurs de l'aide alimentaire pour les sensibiliser à la problématique de l'accès et de la consommation des fruits et légumes, les inciter à développer des actions favorisant cet accès, leur fournir des pistes d'activités issues de l'expérience d'acteurs de terrain. Douze expériences sont décrites sous la forme de fiches en relevant pour chacune les atouts et les contraintes pour les bénéficiaires et les structures. La dernière fiche est dédiée à la formation des acteurs des animations. Chaque fiche est complétée par une bibliographie d'outils pédagogiques adaptés et d'exemples lorsqu'il y en a de disponibles.



Diffusion :

En ligne : http://draaf.languedoc-roussillon.agriculture.gouv.fr/IMG/pdf/recueil_d_experiences_fruits_et_legumes_pour_tous_v10sept_cle075d1f.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Manger équilibré

Jouez la variété !

2006

Kit pédagogique

Public(s) : Personnes en situation de précarité

Conception / Edition : Fédération française des banques alimentaires

Cet outil permet d'animer des ateliers cuisine avec des personnes en situation de précarité, autour de la question de l'équilibre alimentaire. Il se compose de 47 fiches recettes, d'un sommaire des fiches recettes, de 2 fiches sur l'étiquetage et l'hygiène, d'un Cdrom contenant des pictogrammes et permettant d'imprimer les recettes. Chaque recette est illustrée et décrit très simplement comment la réaliser. Ce support peut être adapté pour un public ne maîtrisant pas la lecture.



Diffusion :

Fédération française des banques alimentaires
15 rue de Val de Marne
94250 Gentilly
01 49 08 04 70
mc.josse-mestres@banquealimentaire.org
www.banquealimentaire.org
[Gratuit selon disponibilité]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

Manuel de cuisine populaire

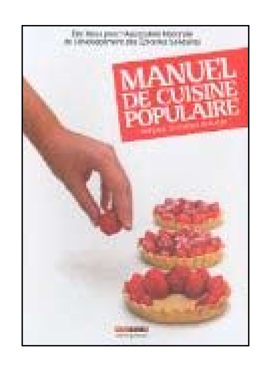
2010

Répertoirel d'activités [160 p.]

Public(s) : Adultes - Jeunes (16 à 20 ans) - Personnes en situation de précarité

Conception / Edition : ANDES (Association nationale de développement des épiceries sociales), Editions Menu Fretin

Cet ouvrage propose de redevenir les acteurs de nos comportements alimentaires à l'aide d'une approche ludique et libre de la cuisine. Pas de recette à suivre au pied de la lettre, mais, au contraire, des techniques simples à comprendre, à s'approprier et à transformer. Car la cuisine populaire, qui est multiple, appartient à chacun. Ce manuel permet également de redécouvrir les produits, leurs particularités, leurs utilisations et ceux avec qui les associer. À travers six chapitres (La soupe !, La cuisson au pot, Le rôti, Le braisé tendre, Les tartes et Les gâteaux au pot), le Manuel de cuisine populaire détaille les techniques et les modèles de base à décliner ensuite à l'infini. Les recettes sont saines et peu onéreuses car elles permettent d'accommoder les restes et de vivre avec les produits de saison.



Diffusion :
En librairie
[10 euros]

Consultation / Prêt
49 - 72 - 85

Manuel de cuisine pour tous

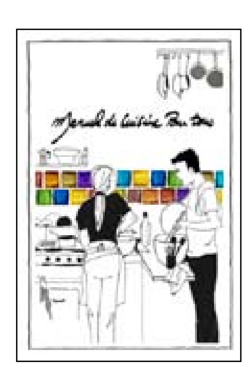
2012

Répertoire d'activités [168 p.]

Public(s) : Personnes en situation de précarité - Tout public

Conception / Edition : M. Subtil, D. Hays, E. Prédine, Les Anges Gardins

Ce manuel propose, à travers une série de fiches illustrées, claires et pédagogiques, les techniques de base de la cuisine afin de donner à chacun le plaisir de cuisiner au quotidien. Il pourra être utilisé individuellement par des particuliers, mais aussi dans un cadre associatif, en support d'ateliers cuisine notamment auprès des publics aux budgets serrés. L'ensemble est organisé autour de deux grandes thématiques : « L'essentiel pour cuisiner » (mon coin cuisine, le tri des déchets, les ustensiles, les ingrédients de base à avoir dans mes placards, bien s'organiser : l'art de prévoir, faire ses courses, acheter à petit prix…) ; « Les bases pour cuisiner bon, sain, facile et pas cher » (les aliments riches en énergie, riches en vitamines, minéraux et fibres, riches en protéines… avec des conseils pour les préparer, des idées recettes, des idées d'accompagnement, des conseils pour utiliser les restes…).



Diffusion :
Les Anges Gardins
800 rue du Pont d'Oye
62162 Vieille Eglise
03 21 34 08 42
severine@terredopale.fr
www.terredopale.fr
[2 euros]

En ligne : http://terredopale.fr/manuel

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Manuel des jardiniers sans moyens

2011

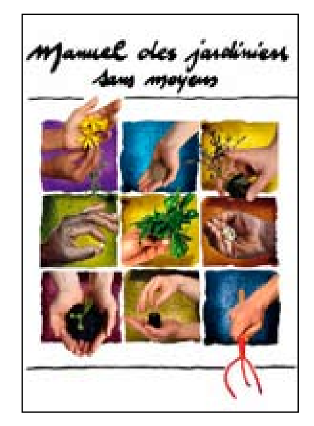
Répertoire d'activités [92 p.]

Public(s) : Adultes - Personnes en situation de précarité - Tout public

Conception / Edition : Les Anges Gardins



Ce manuel a pour objectif de rendre le jardinage accessible à tous, et notamment aux plus défavorisés afin de leur permettre de manger davantage de fruits et de légumes. Il pourra être utilisé individuellement par des particuliers, mais aussi dans un cadre associatif, en support d'ateliers nutrition. À l'aide d'une série de fiches illustrées, claires et pédagogiques, il présente des techniques simples et peu coûteuses, et explique comment obtenir facilement douze légumes faciles à réussir, nourrissants et vitaminés (chou, betterave, radis, salade, poireau, haricot vert, tomate, pomme de terre, navet, pois mangetout, fève, chou chinois).



Diffusion :
Les Anges Gardins
800 rue du Pont d'Oye
62162 Vieille Eglise
03 21 34 08 42
severine@terredopale.fr
www.terredopale.fr
[2 euros]

En ligne : http://terredopale.fr/manuel

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Mix : portraits de cuisine

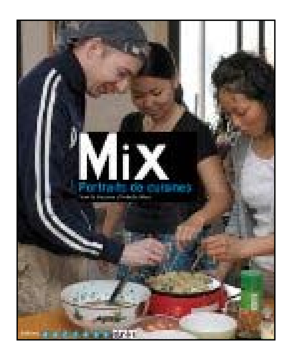
2010

Répertoire d'activités [128 p.]

Public(s) : Adultes - Jeunes (16 à 20 ans) - Personnes en situation de précarité

Conception / Edition : I. Blaze, M. Gary, Editions Erès

Plusieurs bénéficiaires de centres sociaux livrent, dans cet ouvrage, différents plats culinaires de toute origine. Par le biais de l'invitation à partager sa table, c'est le portrait d'une personne, d'une famille, de ses amis et de leurs traditions qui est proposé. Sous forme d'interviews, cet ouvrage illustré permet de réaliser des recettes, de connaître des astuces pour les préparer et de voyager à travers ces différents portraits. Il est support à l'échange et à l'aide pour la mise en place d'ateliers cuisine.



Diffusion :
En librairie
[18 euros]

Consultation / Prêt
49 - 85

Pour manger, Fred s'organise

2004

Kit pédagogique

Public(s) : Adultes - Jeunes (16 à 20 ans) - Personnes en situation de précarité

Conception / Edition : CODES (Comité départemental d'éducation pour la santé) Val d'Oise

Cet outil a pour objectif de permettre aux jeunes qui s'installent, notamment ceux suivis dans les structures d'insertion sociale et professionnelle, d'adopter des comportements alimentaires adaptés afin d'améliorer leur santé et d'apprendre à gérer et organiser eux-mêmes leur alimentation. Il est construit autour de 14 fiches pratiques où le personnage de Fred informe et donne des conseils pour faire les courses (savoir lire les étiquettes, contrôler son budget, éviter le gaspillage…), ranger les courses (organisation des placards, conservation des aliments, rangement et nettoyage du frigidaire…), équilibrer son alimentation (manger de tout, le petit déjeuner, boire de l'eau, avoir une activité physique), nettoyer la cuisine et faire la chasse aux microbes, présenter différents aliments (le pain, les pâtes, le riz, les pommes de terre, les pizzas et quiches) avec des idées de recettes. Une fiche intitulée « L'antigalère des courses » est destinée à permettre d'établir la liste de ses courses tout en les organisant.



Diffusion :
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Tous à table !

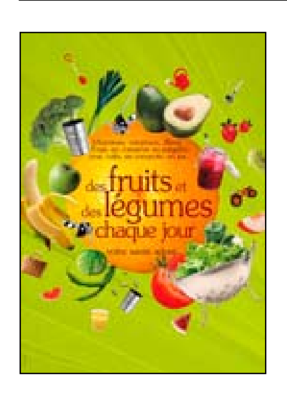
2009

Exposition [6 panneaux - 40x60 cm]

Public(s) : Adultes - Personnes en situation de précarité - Tout public

Conception / Edition : ANIA (Association nationale des industries alimentaires), Ministère chargé de la santé

Initialement réalisées pour informer les usagers des lieux de distribution de l'aide alimentaire, ces affiches peuvent également constituer des supports de formation ou d'animation de groupes, d'ateliers…, mais aussi être utilisées pour informer et sensibiliser un plus large public à la nécessité d'une alimentation équilibrée. L'objectif est d'instaurer le dialogue sur la nutrition et l'hygiène alimentaire, de promouvoir des modes d'alimentation favorables à la santé, de promouvoir les aliments simples de bon rapport qualité nutritionnelle/prix, de favoriser l'insertion par l'alimentation. Très colorées, annonçant un message simple et pratique, les affiches permettent de mettre l'accent sur : la consommation de fruits et légumes, la consommation de féculents, la consommation de produits laitiers, la consommation d'eau, l'activité physique et le plaisir de préparer et de partager un repas.



Diffusion :

En ligne : www.sante.gouv.fr/alimentation-et-insertion-guide-d-accompagnement-du-calendrier-tous-a-table,7825.html

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85



Poids et image corporelle



G

Alimentation et surpoids à l'adolescence

Manuel de prévention et ateliers pratiques

2010

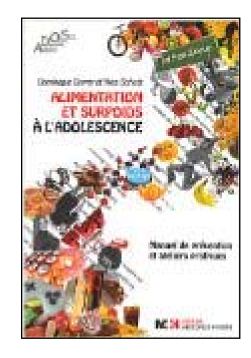
Guide [237 p. + 1 Cédérom]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Jeunes (16 à 20 ans) - Parents - Professionnels

Conception / Edition : D. Durrer, Y. Schutz, Editions Médecine et Hygiène (Suisse)



Fruit d'une collaboration entre deux spécialistes de la nutrition et de l'obésité et des enseignants, cet ouvrage est un outil concret, illustré et interactif sur la prévention de l'obésité. Il s'adresse aux professionnels travaillant avec des adolescents, mais aussi aux adolescents et à leur entourage. Inspiré d'ateliers pratiques mis en place dans les écoles, ce livre est conçu en 2 parties : dans la première, il explique de manière claire quels sont les mécanismes qui peuvent mener à une prise et de poids et comment les déjouer, dans la seconde, il présente treize ateliers pratiques (accompagnés d'une version imprimable sur Cédérom).



Diffusion :
En librairie
[28 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72

Belle autrement

En finir avec la tyrannie de l'apparence

2013

Guide [213 p.]

Public(s) : Tout public

Conception / Edition : S. Cheval, Editions Armand Colin

Ce guide propose des pistes de réflexion pour alimenter le débat sur la question des normes de beauté et d'image corporelle L'objectif est d'aider à choisir la beauté qu'on souhaite, et non celle qu'on nous impose. Souffrir pour être belles, ou souffrir de ne pas l'être : comment sortir de cette impasse ? On peut alors modifier son expérience de la beauté, en transformant la place et le sens qu'elle prend dans nos vies, déjouer la tyrannie de l'apparence, et accueillir pleinement le caractère changeant de la beauté, décider quelle beauté nous convient…



Diffusion :
En librairie
[15 euros]

Consultation / Prêt
49 - 53 - 72

Dodue ou comment j'ai vaincu la dictature de la minceur

2013

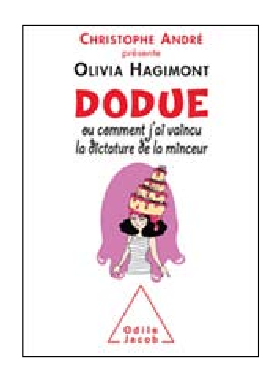
Bande dessinée [112 p.]

Public(s) : Tout public

Conception / Edition : O. Hagimont, C. André, Editions Odile Jacob



Voici l'histoire d'une jeune femme un peu ronde, maltraitée par le regard des autres et piégée par les régimes amaigrissants. C'est son parcours pour s'accepter et se faire accepter qu'elle raconte avec humour et sincérité. Ce livre témoigne que l'on peut passer outre le diktat de la minceur, se sortir du piège des régimes et s'aimer comme on est. L'histoire d'une réconciliation avec soi mise en images par le biais de la bande-dessinée humoristique. En fin d'ouvrage, on trouve aussi des conseils pour faire la paix avec ses complexes, s'accepter enfin et aimer la vie.



Diffusion :
En librairie
[15,90 euros]

Consultation / Prêt
53 - 72

Lapinette, la reine des cachettes

2007

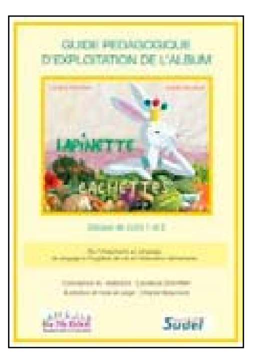
Kit pédagogique

Public(s) : Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Conception / Edition : L. Schmitter, C. Beaumont, Editions Sudel

Outil de réflexion et de discussion, cet album est destiné à sensibiliser les jeunes enfants (maternelle et début de primaire) au problème de l'alimentation et aux dangers liés aux excès de sucreries. Pour accompagner l'album, un guide pédagogique propose d'aborder, au travers d'un parcours ludique et éducatif, l'éducation au goût, le plaisir des activités physiques et la sensibilisation à un nécessaire équilibre nutritionnel. Le guide propose 7 fiches élèves et 2 posters pour construire des animations. L'objectif est de fournir aux enseignants une démarche de travail leur permettant d'aborder et d'approfondir le délicat sujet traité par l'album, à savoir le lien entre éducation alimentaire, hygiène de vie et surcharge pondérale chez les jeunes enfants. L'approche intègre également des pistes pour travailler sur les différences physiques et le respect des autres.

Outil expertisé 



Diffusion :

Laurence Schmitter-Rouvier
laurence.schmitter@wanadoo.fr
www.schmitter-rouvier.fr
[2,50 l'album et 4 euros le guide]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 85

Les régimes ne font pas le poids Mange, Vis, Aime

2013

Kit pédagogique

Public(s) : Adultes

Conception / Edition : Equilibre



Ce kit pédagogique aborde la problématique des réflexions et des jugements que portent les femmes envers leur poids. Il permet donc d'animer un atelier avec des femmes adultes autour de la notion d'image corporelle. Il est conçu autour d'un Dvd comprenant différentes séquences (La préoccupation excessive à l'égard du poids, L'impact des réflexions négatives à l'égard du poids et de l'apparence, L'impact du culte de la minceur et des méthodes amaigrissantes et La valorisation de la diversité corporelle et d'un mode de vie équilibré), d'un atelier de discussion accompagnateur comportant un exercice par thématique abordée, d'une affiche de sensibilisation.



Diffusion :
Equilibre
www.equilibre.ca
[70 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72

Miroir, miroir… je n'aime pas mon corps !

Le développement de l'image corporelle chez les enfants, les adolescents et les adultes

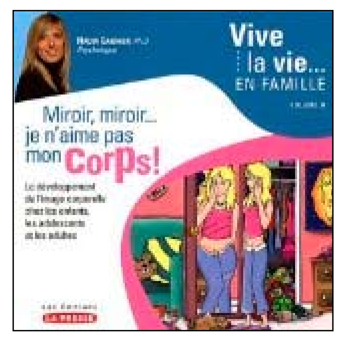
2007

Guide [137 p.]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (6 à 11 ans) - Jeunes (16 à 20 ans) - Parents - Professionnels

Conception / Edition : N. Gagnier, Les Editions la Presse

Cet ouvrage permet de mieux connaître et de mieux comprendre ce qu'est l'image corporelle, la manière dont elle se développe, l'importance de la prévention dès la plus tendre enfance, les conséquences possibles d'une image corporelle négative. Il offre par ailleurs des outils pour développer une relation positive avec le corps, pour mieux accepter son corps et améliorer l'estime de soi.



Diffusion :
En librairie
[16,75 euros]

Consultation / Prêt
44 - 53 - 72

L'obésité, nous risquons gros

2008

Vidéo [Dvd - 26 mn]

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Enfants (7 à 11 ans)

Conception / Edition : France 3, Riff International Production

Destiné prioritairement aux enfants et aux adolescents en milieu scolaire, ce Dvd permet d'aborder les questions relatives à l'obésité. De façon très complète et pédagogique, il soulève les questions suivantes : Les gestes simples qui pourraient enrayer la tendance ; Comment les aliments nous apportent-ils l'énergie dont notre corps a besoin ? ; Pourquoi se met-on à grossir quand on consomme trop d'énergie ? Quels sont les critères qui permettent de dire qu'une personne est obèse ? ; Pourquoi la sédentarité est-elle un facteur majeur d'obésité ? ; Sucre, gras… qu'est-ce qui fait grossir ? ; Dans quelles parties du corps nos cellules se logent-elles ? ; Pourquoi est-il si difficile de revenir en arrière, une fois qu'on a grossi ?



Diffusion :
http://c-est-pas-sorcier.france3.fr/
[24,99 euros]

Consultation / Prêt
44 - 72 - 85

Utiliser le disque d'indice de masse corporelle en pratique clinique

2003

Matériel de démonstration

Public(s) : Patients - Professionnels

Conception / Edition : Ministère chargé de la santé, INPES (Institut national de prévention et d'éducation pour la santé)

Conçus pour les professionnels de santé, les disques d'indice de masse corporelle constituent des outils de mesure de l'IMC d'utilisation simple et rapide. L'un des disques permet d'évaluer et de suivre l'évolution de l'IMC des enfants selon leur âge. Il est complété par un document d'accompagnement pour aider le professionnel à engager le dialogue avec l'enfant et ses parents sur son alimentation et son activité physique et d'un logiciel sur Cédérom pour créer les courbes de croissance des enfants suivis. L'autre disque et son document d'accompagnement, sont quant à eux des outils de prévention, de diagnostic et de suivi du poids et du statut nutritionnel de l'adulte et permettent d'engager un dialogue fructueux avec les patients.

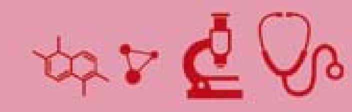


Diffusion :
INPES
42 bd de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
01 49 33 23 71
edif@inpes.sante.fr
www.inpes.sante.fr
[Gratuit selon disponibilité]

En ligne : www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/659.pdf

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Alimentation et état de santé



Alimentation et Alzheimer

2011

Guide [159 p.]

Public(s) : Personnes âgées - Professionnels

Conception / Edition : C. Rio, C. Jeannier, H. Lejeune, M. Noah, S. Amignon-Waterlot, C. Szekely, Editions Presses de l'EHESP

Ce guide s'adresse aux aidants, professionnels ou familiaux, des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée. L'objectif est de les aider à optimiser l'alimentation de leurs patients ou de leurs proches. Le guide aborde différents problèmes : comment accueillir d'autres façons de manger (avec les doigts, selon des horaires souples...), comment cuisiner des plats enrichis, des plats mixés, comment faire face aux troubles de la déglutition ou au refus alimentaire, comment préserver le plaisir de manger... Chaque chapitre est construit de manière similaire : une première partie permet de mieux comprendre la thématique abordée, la seconde propose des pistes concrètes pour agir, et la troisième apporte des conseils au travers de regards croisés de différents professionnels. Le tout est présenté de manière attrayante et synthétique avec de nombreuses illustrations concrètes.



Diffusion :
En librairie
[23 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

L'allergie alimentaire. Échanges de savoirs

2006

Vidéo [Dvd - 13 mn]

Public(s) : Professionnels

Conception / Edition : CHU de Nantes, Bigband, Radiance

Ce film présente le travail d'éducation thérapeutique collective, mené au service pédiatrique du CHU de Nantes auprès d'enfants allergiques alimentaires et de leurs parents. Sont filmés des moments hospitaliers comme les séances collectives éducatives qui permettent de découvrir les méthodes et les outils utilisés lors des ateliers spécifiques pour parents et enfants, mais aussi des moments extra-hospitaliers qui font découvrir la vraie vie d'un enfant allergique alimentaire comme faire ses courses dans un supermarché et être confronté à la lecture des étiquettes. Cet outil peut ainsi aider d'autres équipes de professionnels à mettre en place ce type de prise en charge en allergie alimentaire ou dans d'autres pathologies chroniques. Il peut aussi être utilisé par des professionnels de la formation initiale et continue dans le domaine de l'éducation thérapeutique.



Diffusion :
Réseau Asthme-BPCO de la Loire-Atlantique
Dispensaire Jean V
6, rue H. Durand Gasselin
44000 Nantes
02 40 48 22 41
asthme44@wanadoo.fr
http://reseauasthmebpcodeloireatlantique.fr/

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Allergie alimentaire : Jeu de 7 familles et Double paire

2008

Jeu

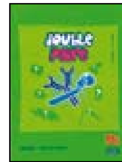
Public(s) : Enfants (7 à 11 ans) - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Patients

Conception / Edition : CREAAL (Centre de Recherche et d'Education en Allergie Alimentaire) du CHU de Nantes



Ces deux jeux de cartes constituent un support éducatif ludique pour aborder avec les enfants à partir de 5 ans l'allergie alimentaire et les allergènes. Le Jeu de 7 familles, propose de rassembler autour des familles « Lait de vache », « Arachide », « Crustacés », « Coques », « Œufs », « Blé », « Poissons » les cartes aliments ou les cartes allergènes correspondantes (crème chantilly, cacahuètes, crevettes, noisettes, mayonnaise, brioche, surimi…). Avec le jeu Double paire, il s'agit en découvrant les différentes familles d'allergènes et en associant la photo de l'allergène concerné (parfois caché) avec celle de l'aliment composé, de reconstituer le plus grand nombre de paires possible.





Diffusion :

Réseau Asthme-BPCO de la Loire-Atlantique
Dispensaire Jean V
6, rue H. Durand Gasselin
44000 Nantes
02 40 48 22 41
asthme44@wanadoo.fr
http://reseauasthmebpcodeloireatlantique.fr/

Consultation / Prêt
44

Alimentation et nutrition en établissement de santé ou d'hébergement

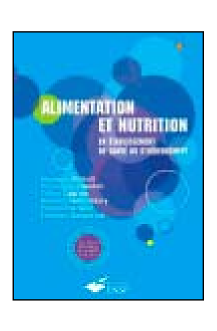
2007

Vidéo [Dvd - 34 mn]

Public(s) : Patients - Personnes âgées - Professionnels

Conception / Edition : M. Bidault, V. Chardon, C. Lagrais, N. Saint-Hilary, P. Frucquet, F. Gasparina, Editions Presses de l'EHESP

Ce film propose une approche complète de la fonction alimentation-nutrition en établissement de soins ou d'hébergement. Au moyen d'interviews de chacun des acteurs concernés, sont systématiquement explorées les dimensions médicale, soignante, hôtelière, logistique, technique et économique de cette fonction ainsi que les dimensions symboliques et culturelles de la restauration. Une attention particulière est portée à la gérontologie.



Diffusion :
Presses EHESP
Avenue du Pr Léon Bernard
35043 Rennes
02 99 02 29 11
www.presses.ehesp.fr
[25 euros]

Consultation / Prêt
72 - 85

Les ateliers nutrition. Dossier pédagogique

2005

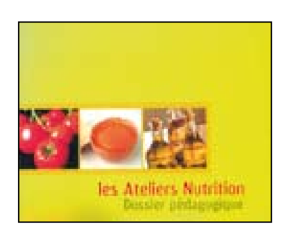
Répertoire d'activités

Public(s) : Patients - Professionnels

Conception / Edition : URCAM (Union régionale des caisses d'assurance maladie) Basse-Normandie



Ce dossier offre aux équipes soignantes des conseils et recommandations pour la mise en place d'ateliers nutrition. Ces ateliers s'inscrivent dans une prise en charge globale du patient dont l'un des déterminants majeurs de l'amélioration de sa santé est la nutrition (diabète, obésité, hypertension artérielle…). L'objectif est d'accompagner les familles dans leur changement d'habitudes alimentaires en vue de favoriser durablement une alimentation équilibrée. L'outil se compose de 6 fiches correspondant chacune à un atelier thématique portant sur : l'équilibre alimentaire, l'étiquetage et la publicité, les facteurs influençant les achats alimentaires, les produits allégés, gras, sucrés, laitiers. Chaque fiche rappelle les objectifs à atteindre, les messages à transmettre, présente les grandes lignes de la préparation et du déroulement de la séance et propose une recette de cuisine à réaliser avec les patients. L'animation des ateliers proposés nécessite au minimum deux personnes ayant des compétences en diététique et éducation thérapeutique.



Diffusion :
[Cet outil n'est plus diffusé]

Consultation / Prêt
44 - 53 - 85

Autour des repas des personnes âgées

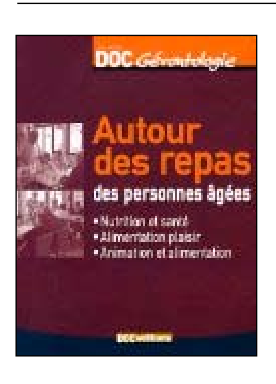
2009

Guide [153 p.]

Public(s) : Personnes âgées - Professionnels

Conception / Edition : M.F. Benois, Doc Editions

Que les personnes âgées soient au domicile ou en institution, leurs besoins se ressemblent, et appellent des réponses similaires : pallier les déficiences, proposer des aides, entretenir le plaisir, renforcer l'estime de soi et l'autonomie, soutenir l'intérêt vis-à-vis d'autrui en conservant des liens sociaux. Les textes de ce recueil sont regroupés en trois parties : « Nutrition et santé », « Alimentation plaisir », « Animation et alimentation ». Ils apportent des réponses pratiques et professionnelles et ouvrent de multiples pistes de réflexions et d'actions sur les particularités et les attentes de la personne âgée à l'égard des repas.



Diffusion :
ATC
22 rue Dupont des Loges
53000 Metz
03 87 69 18 18
j.simon@groupe-atc.com
http://doc-editions.fr
[19 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Cuisiner le plaisir

Guide pour un service hôtelier adapté aux patients en fin de vie dans les établissements de santé

2008

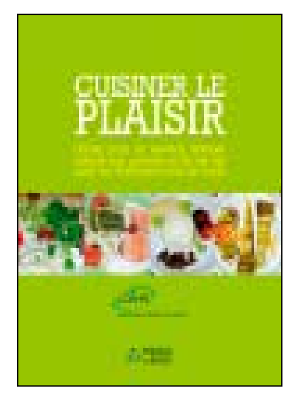
Guide [88 p.]

Public(s) : Patients - Professionnels

Conception / Edition : D. Girard, UDHIR (Union des ingénieurs hospitaliers en nutrition), Editions Presses de l'EHESP



Confrontés à l'accompagnement d'un proche en soins palliatifs, des adhérents de l'UDIHR ont fait le constat d'une inadaptation des repas servis à l'hôpital. C'est de ce constat qu'est née l'idée de ce guide. Son objectif est de proposer une méthodologie aux professionnels pour adapter la prise en charge hôtelière de leur établissement aux patients en fin de vie. Exemples concrets à l'appui, les auteurs montrent que la mise en place d'une telle prestation est possible dans tout établissement de santé - et même en hospitalisation à domicile, sans avoir recours à des moyens exceptionnels.



Diffusion :
En librairie
[24 euros]

Consultation / Prêt
85

DiabATABLE

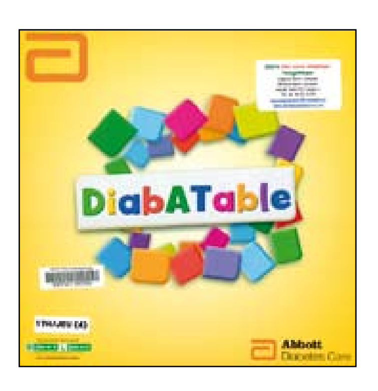
2007

Jeu

Public(s) : Adultes - Patients

Conception / Edition : M. Bielen, Abott Diabete Care (Belgique)

Destiné aux patients diabétiques, ce jeu a pour objectif de faire acquérir les règles essentielles en hygiène alimentaire et de fournir les connaissances permettant aux patients de devenir des acteurs de leurs conditions de vie. Il est construit autour d'un plateau de jeu et de cartes Questions/Réponses qui abordent 4 grands thèmes : Généralités (approche des divers aspects de l'alimentation, de la composition des aliments, des modes de cuisson, de la lecture d'étiquettes…) ; Collation (découverte de leurs compositions, leurs indications et leurs intérêts, les moments auxquels les prendre…) ; Situations particulières (évocation des hypoglycémies, des sorties entre amis ou les anniversaires, des risques liés à l'alcool…) ; Activités physiques (justification des bénéfices d'une activité physique, de sa régularité…).



Diffusion :
Abbott Diabete Care Belgique
Christophe Martinot
☎ 00 32 10 47 53 47
[20 euros + frais d'envoi]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

Jouons à bien manger...

2011

Jeu

Public(s) : Adultes - Patients

Conception / Edition : Clinique Pasteur Toulouse, Diabète Ensemble

Ce jeu de cartes pour les patients diabétiques et leur entourage vise à renforcer les connaissances afin d'améliorer l'observance diététique dans la vie quotidienne. Il est construit autour d'une série de cartes aliments qui vont permettre d'orienter la partie sous deux axes principaux : classer chaque famille d'aliments en reconstituant correctement la courbe d'aliments, du moins sucré au plus sucré ou du moins gras au plus gras (Une autocorrection est faite en retournant la carte pour lire les informations nutritionnelles de l'aliment) ; composer avec les différents aliments un repas équilibré en évitant les aliments trop gras ou trop sucrés.

Outil expertisé 



Diffusion :

Clinique Pasteur
45 avenue de Lombez
BP 27617
31076 Toulouse Cedex 3
05 62 21 31 31
communication@clinique-pasteur.com
www.clinique-pasteur.com
[30 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

La nouvelle cuisine mixée

2012

Support multimédia [Dvdrom]

Public(s) : Personnes âgées - Professionnels

Conception / Edition : CERIN (Centre de recherche et d'études nutritionnelles)

Ce Dvdrom fournit des clefs pour mieux appréhender et maîtriser l'alimentation à texture modifiée afin de redonner aux résidents le plaisir de manger. Il s'adresse en priorité aux cuisiniers et aux personnes de salle des établissements pour personnes âgées. Il propose une partie théorique (nutrition, réglementation, convives...), des outils simples et concrets pour réaliser des menus (des plans alimentaires sur 3 semaines, des cartes menus, le rappel des fréquences...), des trucs et astuces avec plus de 90 recettes dont certaines filmées.



Diffusion :
CERIN
01 49 70 72 22
www.cerin.org
[35 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 85

Le Puzzle de santé. Le chemin d'Eli

2010

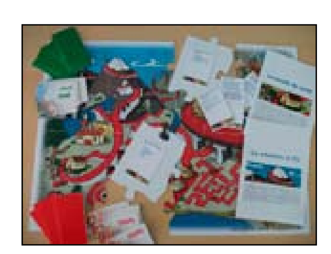
Jeu

Public(s) : Adolescents (12 à 15 ans) - Adultes - Patients

Conception / Edition : A. Le Rhun, IREPS (Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé) Pays de la Loire - Pôle Loire-Atlantique



Ce jeu s'utilise au cours de séances d'éducation thérapeutique du patient auprès d'enfants, d'adolescents ou d'adultes atteints d'une pathologie chronique, notamment d'une allergie alimentaire. L'objectif est de faire émerger les idées, les solutions, les buts des participants pour les aider à s'inscrire dans un processus de changement. L''ensemble est orienté sur une finalité de santé physique (besoin de sécurité, réduire le risque lié à la maladie et le sentiment de menace, éviter les complications…) et de qualité de vie (gestion des émotions et du stress liés à la maladie, estime et confiance en soi, relations avec la famille et les amis, résolution de problèmes liés à la maladie…). Le jeu est construit autour d'un puzzle de 16 pièces avec 16 questions au verso. Il permet aux participants de s'exprimer, d'échanger autour de leurs représentations de la santé, de la maladie chronique, de leurs compétences et de leur vécu de la maladie.



Diffusion :

IREPS Pays de la Loire
Hôpital St-Jacques - 85 rue St-Jacques
44093 Nantes Cedex 1
02 40 31 16 90
ireps44@irepspdl.org
www.santepaysdelaloire.com
[170 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 53 - 72 - 85

Oser proposer une autre alimentation aux personnes fragilisées

Avec des concepts de plats « picorés » et « savourés »

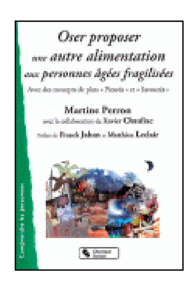
2012

Guide [176 p.]

Public(s) : Personnes âgées - Professionnels

Conception / Edition : M. Perron, M. Chauliac, Editions Chronique Sociale

Ce guide vise à aider les professionnels à mieux comprendre les enjeux de la nutrition des personnes âgées en institution, mais aussi de les aider à trouver des réponses adaptées aux problématiques nutritionnelles collectives ou individuelles. Il propose de revoir les modes de préparations culinaires pour un certain nombre de personnes âgées et notamment celles dénutries ou en passe de l'être… Est-il possible de réfléchir à des préparations culinaires qui permettraient à certaines personnes âgées de s'alimenter sans utiliser de couverts, et dignement ? Mais aussi de proposer des plats attractifs, respectueux des couleurs et saveurs des aliments sans avoir recours aux techniques de « mixé » ? Cet ouvrage le démontre et propose les éléments concrets pour le mettre en œuvre en invitant à travailler les aliments en deux modes : le mode « picoré » (pour les manger avec les mains), le mode « savouré » (préférer la texture hachée à mixée, les mousses, les glaces, les crèmes…). Des recettes accompagnent cette déclinaison.



Diffusion :
En librairie
[13,10 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Les repas dans les établissements de santé et médicaux sociaux

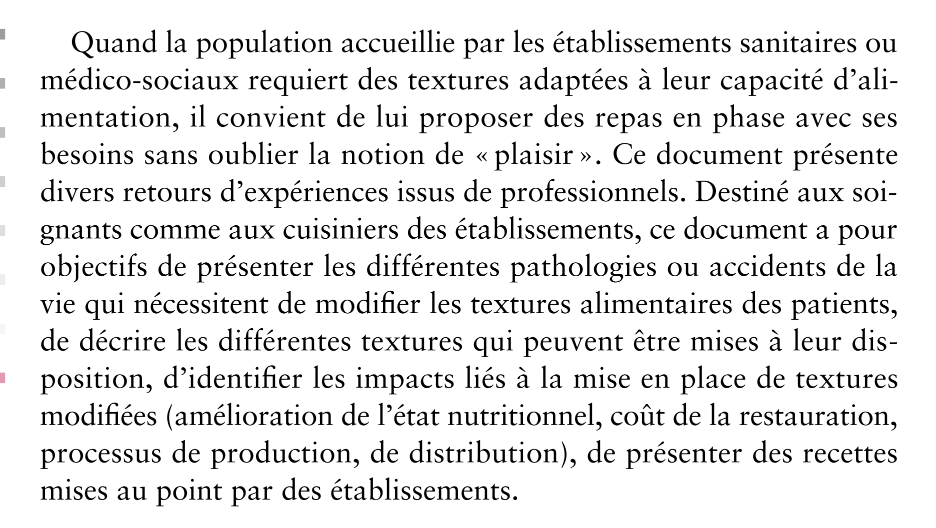
Les textures modifiées, mode d'emploi

2011

Guide [115 p. + 157 p.]

Public(s) : Patients - Personnes âgées - Personnes en situation de handicap - Professionnels

Conception / Edition : ANAP (Agence nationale d'appui à la performance des établissements de santé et médico-sociaux)



Quand la population accueillie par les établissements sanitaires ou médico-sociaux requiert des textures adaptées à leur capacité d'alimentation, il convient de lui proposer des repas en phase avec ses besoins sans oublier la notion de « plaisir ». Ce document présente divers retours d'expériences issus de professionnels. Destiné aux soignants comme aux cuisiniers des établissements, ce document a pour objectifs de présenter les différentes pathologies ou accidents de la vie qui nécessitent de modifier les textures alimentaires des patients, de décrire les différentes textures qui peuvent être mises à leur disposition, d'identifier les impacts liés à la mise en place de textures modifiées (amélioration de l'état nutritionnel, coût de la restauration, processus de production, de distribution), de présenter des recettes mises au point par des établissements.



Diffusion :

En ligne : www.anap.fr/detail-dune-publication-ou-dun-outil/recherche/les-repas-dans-les-etablissements-de-sante-et-medico-sociaux-les-textures-modifiees-mode-de/

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Repas gras ou sucré ? À vous de jouer !

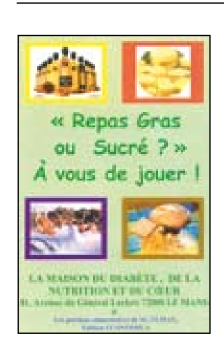
2008

Jeu

Public(s) : Adultes - Patients

Conception / Edition : Maison du diabète, de la nutrition et du cœur du Mans

Destiné à la prévention des maladies cardiovasculaires et à l'éducation thérapeutique du patient diabétique, ce jeu de cartes consiste à faire élaborer en séance d'éducation individuelle ou de groupe, un menu équilibré sur une journée. Il pourra aussi être utilisé plus globalement dans le cadre d'une action d'éducation à l'équilibre alimentaire. Le patient compose son menu à partir de cartes présentant des plats photographiés sous différentes portions, des aliments de base, des boissons ou produits gras et sucrés… Chaque carte présente au verso la part des sucres lents, sucres rapides, graisses végétales et graisses animales contenue dans le plat, ainsi que son poids et sa valeur énergétique. L'intervenant quant à lui représente ce menu à l'aide de jetons dont les couleurs reprennent les groupes d'aliments. Basé essentiellement sur le visuel, cet outil pourra être utilisé avec des publics ne maîtrisant pas ou peu l'écrit.



Diffusion :
Maison du diabète, de la nutrition et du cœur
58 avenue De Gaulle
72000 le Mans
02 43 28 77 88
maison-diabete72@orange.fr
[50 euros]

Consultation / Prêt
44 - 72

Saveurs partagées

La gastronomie adaptée aux troubles de la déglutition

2013

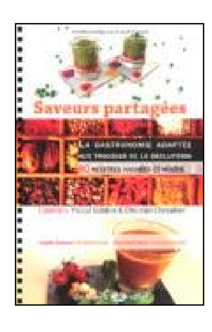
Guide [127 p.]

Public(s) : Patients - Personnes âgées - Personnes en situation de handicap - Professionnels

Conception / Edition : P. Sidobre, C. Chevallier, G. Soriano, M. Puech, Editions de Boeck, Editions Solal



Ce recueil de recettes est destiné aux personnes pour qui l'alimentation en consistance normale est devenue difficile ainsi qu'à leur entourage. Après un point sur l'équilibre alimentaire spécifique à la situation de dysphagie oropharyngée et sur les principes de modification de consistance, de texture des aliments et de vicosité des boissons permettant des adaptations alimentaires, il propose 80 recettes et leurs variantes, mixées et hachées, des entrées aux desserts, pour toutes les saisons. Figurent ensuite des menus à partager en toute convivialité et avec beaucoup de plaisir. Ces recettes ont été choisies pour leur haute valeur nutritive afin d'aider les personnes qui s'alimentent peu à garder un apport énergétique suffisant. Le mode de préparation des mets permet d'exhaler les qualités gustatives des aliments.



Diffusion :
En librairie
[18,50 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

SU.VI.MAX. Portions alimentaires

Manuel photos pour l'estimation des quantités

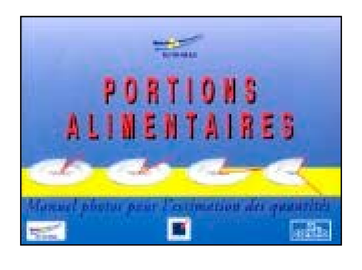
2002

Guide [132 p.]

Public(s) : Patients - Professionnels

Conception / Edition : S. Hercberg, M. Deheeger, P. Preziosi, Editions Polytechnica

Ce manuel-photos est destiné à aider les professionnels, diététicien ou médecin nutritionniste, à mieux connaître les habitudes alimentaires d'un patient et sa consommation alimentaire individuelle. Il est composé de photographies correspondant à 245 aliments ou contenants, ces derniers étant représentés en différentes quantités ou volumes, permettant ainsi au patient de reconnaître la taille des portions d'aliments consommés. Simple d'utilisation, essentiellement visuel, ce support offre la possibilité d'aborder en consultations de diététique les portions alimentaires de façon plus ludique et conviviale.



Diffusion :
En librairie
[39 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49 - 72 - 85

Les troubles d'alimentation et de déglutition

2007

Support multimédia [Dvdrom]

Public(s) : Adultes - Jeunes enfants (2 à 6 ans) - Patients - Personnes âgées - Professionnels

Conception / Edition : J.P. Crunelle, D. Crunelle, Editions Ortho

Construit autour de nombreux textes, diapos, tableaux d'explications et vidéos, l'objectif essentiel de ce Dvdrom est d'identifier les principes généraux d'évaluation et de remédiation des troubles et maladies de la déglutition les plus fr'équents, et de préciser pour chacun et selon l'âge du patient, les approches spécifiques et les précautions à prendre. Les principes généraux permettent à chaque thérapeute d'adapter ses démarches de prise en charge aux caractéristiques relevées chez tout patient : hyper ou hypotonie ou sensibilité, degré de risque, siège du dysfonctionnement… Par ailleurs, pour éviter le morcellement des patients, il vise à favoriser des partenariats entre professionnels, parents-familles, et quand c'est possible patient, en développant des approches pluri et transdisciplinaires, en particulier au niveau des aides fonctionnelles.



Diffusion :
Edition Ortho
76-78 rue Jean Jaurès
62330 Isbergues
www.orthoedition.com
[20 euros]

Consultation / Prêt
44 - 49

Vivre au quotidien avec des troubles de la déglutition

Un guide pratique pour la personne âgée et son entourage

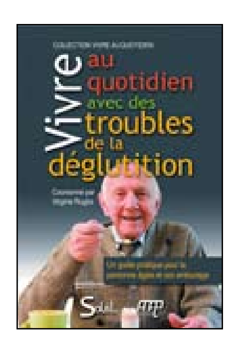
2012

Guide [61 p.]

Public(s) : Patients - Personnes âgées - Personnes en situation de handicap - Professionnels

Conception / Edition : V. Ruglio, S. Fusari, V. Lafaille-Roncoroni, Editions Solal

Ce livret-guide reprend les principes de la prise en charge des troubles de la déglutition en gériatrie. Chez la personne âgée, si les fausses routes sont fréquentes, si la toux ne suffit pas à protéger les poumons, le risque d'infection respiratoire (bronchites, pneumopathies), voire d'étouffement, augmente, et la personne s'alimente et s'hydrate moins bien. Pour cette personne et pour ceux qui l'accompagnent ou l'aident à s'alimenter, il est utile de comprendre la déglutition et ses troubles, ainsi que les diverses techniques d'alimentation sécurisée. Ces techniques permettent de limiter les risques de fausse route, d'optimiser l'alimentation et l'hydratation au quotidien, et de maintenir le confort et le plaisir au repas.



Diffusion :
En librairie
[13 euros]

Consultation / Prêt
49 - 85



Index des outils



Index des outils par titre

Index des outils par type de support

Bande dessinée

Exposition

Guide

Jeu

Kit pédagogique

Matériel de démonstration

Ouvrage jeunesse

Photoexpression

Programme pédagogique

Répertoire d'activités

Support multimédia

Vidéo

Index par public

Adolescents (12 à 15 ans)

Adultes

Enfants (7 à 11 ans)

Jeunes (16 à 20 ans)

Jeunes enfants (2 à 6 ans)

Parents

Patients

Personnes âgées

Personnes en situation de handicap

Personnes en situation de précarité

Professionnels

Tout public

Index par localisation

IREPS 44

IREPS 49

IREPS 53

IREPS 72

IREPS 85

Index des outils expertisés

Cet index permet de rechercher les outils qui ont bénéficié d'une expertise par le **Réseau d'expertise d'outils pédagogiques en éducation et promotion de la santé des Pays de la Loire**

Coordonné et animé par l'IREPS Pays de la Loire, ce réseau rassemble un groupe d'experts constitué d'un panel diversifié de professionnels appartenant à des structures investies dans des actions d'éducation et de promotion de la santé tant thématiques que généralistes.

Ces expertises ne sont pas des validations ou des labellisations des outils. Ce sont des avis destinés à aider les acteurs à choisir les outils les plus appropriés à leur action et à fournir des conseils pour l'utilisation optimale des outils.

Outil expertisé 

Ces avis d'expertise sont disponibles sur
www.santepaysdelaloire.com
(IREPS - Centres de documentation - Expertise d'outils)

Pour contacter les centres de ressources

Les centres de ressources de l'IREPS Pays de la Loire interviennent en éducation pour la santé, éducation thérapeutique et promotion de la santé. Destinés aux professionnels de la santé, de la prévention, de l'éducation, du social, ils offrent :

Des fonds documentaires spécialisés

Ouvrages, rapports, études, actes de colloques, revues et articles…

Outils pédagogiques en prévention : guides, vidéos, kits et jeux, supports multimédia, expositions, photoexpressions, ouvrages jeunesse…

Service de diffusion gratuit des brochures, dépliants, affiches… édités par l'INPES

Des produits documentaires

Base de données en ligne

Bulletin des nouveautés Doc'ouverte

Sélections bibliographiques

Dossiers documentaires thématiques

Catalogues d'outils pédagogiques

Un accueil personnalisé

Conseil et accompagnement à l'utilisation de supports d'information et outils méthodologiques

Aide à la recherche documentaire

Service de prêt gratuit des documents

Des séances de présentation d'outils pédagogiques

Temps d'informations et d'échanges autour de la présentation d'outils pédagogiques sur une thématique

Du conseil et appui méthodologique

Conseil en projet

Accompagnement de projet

Échange de connaissances, de compétences et de pratiques

Formation

Diplôme d'Université



Pour en savoir plus :
www.santepaysdelaloire.com
(IREPS - Centres de documentation)

53 - Pôle Mayenne

Laval
90 avenue de Chanzy
53000 Laval

02 43 53 46 73
ireps53@irepspdl.org

Contact
Tatiana Robin, documentaliste

Ouvert
lundi : 9h30 - 12h
mardi et jeudi : 9h30 - 12h
et 13h30 - 17h30
mercredi : 13h30 - 17h30

Laval

44 - Pôle Loire-Atlantique

Nantes
Hôpital Saint-Jacques
85 rue Saint-Jacques
44093 Nantes Cedex 1

02 40 31 16 98
documentation44@irepspdl.org

Contact
Cathy Barot, documentaliste
Stéphanie Challier, chargée d'accueil documentaire

Ouvert
lundi, mardi, jeudi et vendredi :
13h30 - 17h30
mercredi : 8h30 - 12h

Nantes

85 - Pôle Vendée

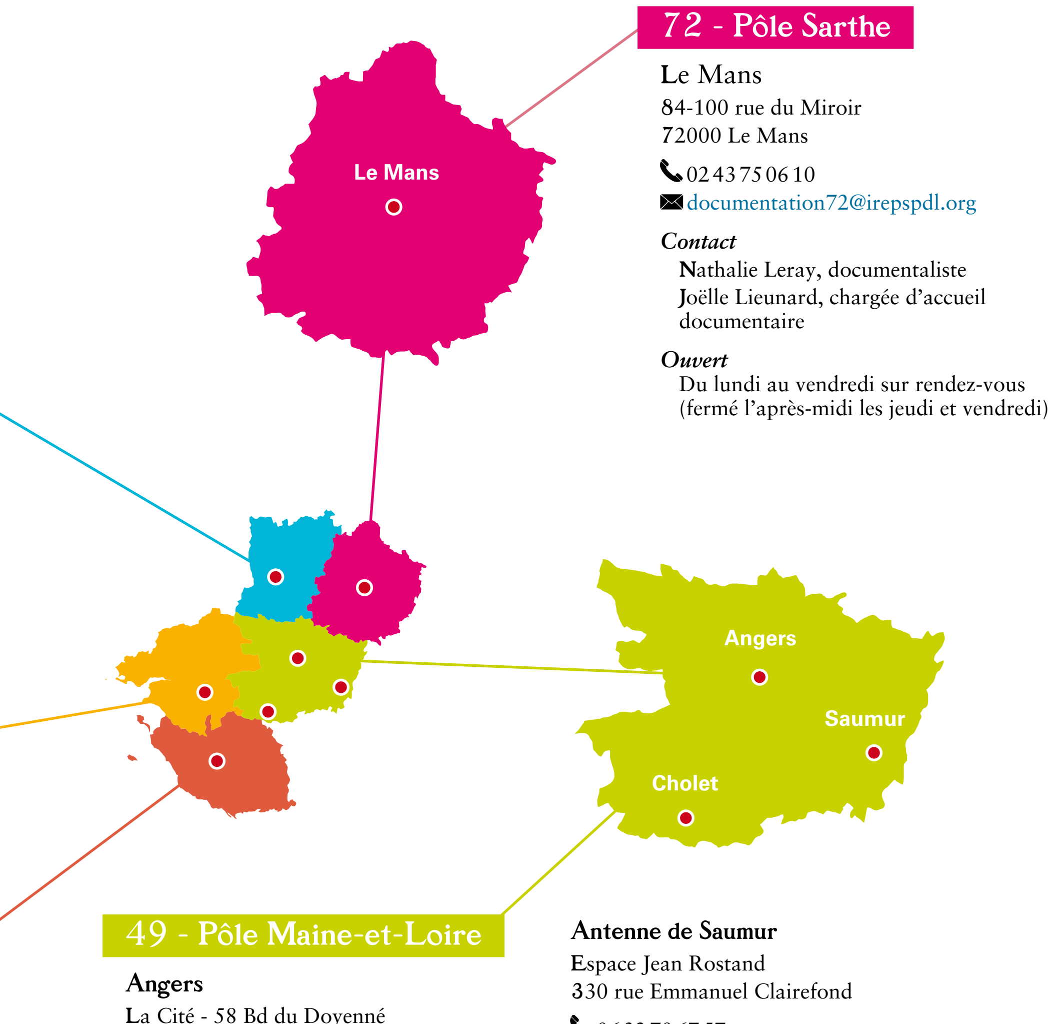
La Roche-sur-Yon
CHD les Oudairies
Maison de la Santé
Bd, Stéphane Moreau
85925 La Roche-sur-Yon Cedex 9

02 51 62 14 29
documentation85@irepspdl.org

Contact
Stéphanie Guéry, documentaliste

Ouvert
Du lundi au jeudi : 9h - 12h et 14h - 17h

La Roche-sur-Yon



72 - Pôle Sarthe

Le Mans

84-100 rue du Miroir
72000 Le Mans

02 43 75 06 10
documentation72@irepspdl.org

Contact
Nathalie Leray, documentaliste
Joëlle Lieunard, chargée d'accueil documentaire

Ouvert
Du lundi au vendredi sur rendez-vous
(fermé l'après-midi les jeudi et vendredi)

49 - Pôle Maine-et-Loire

Angers

La Cité - 58 Bd du Doyenné
49100 Angers

02 41 05 07 05
documentation49@irepspdl.org

Contact
Laurie Calléjon, documentaliste
Marina Grondin, chargée d'accueil documentaire

Ouvert
mardi et mercredi : 9h - 12h30
et 13h30 - 17h30
jeudi : 14h - 17h30
vendredi : 9h - 12h30

Antenne de Saumur

Espace Jean Rostand
330 rue Emmanuel Clairefond

06 32 70 67 57

Ouvert
1er vendredi de chaque mois :
9h - 12h30 et 13h30 - 16h

Antenne de Cholet

Pôle social
24 av. Maudet (1er étage - salle n° 3)

06 32 70 67 57

Ouvert
2e vendredi de chaque mois :
9h - 12h30 et 13h30 - 17h

Notes

Notes

Notes

Notes

Notes

Notes

Imprimé en janvier 2014
par JOUVE à Mayenne
(53100 Mayenne)